PEOPLE
mag
AĞUSTOS 2019
RÖPORTAJ
ELİF YENİDÜNYA
SIVI KAYBINA
LEZZETLİ
ÖNLEMLER
10 ADIMDA
ÇOCUKLA SEYAHAT
MICHAEL KORS
COLLECTION
RESORT 2020
MAGAZINE &
EVENTS
AVANTAJLI
Kurban
Bayramı
TURLARI
HACER ÖZİL
BEYAZ
BUTİK
2019/SAYI164 • FİYATI: 25,00 TL • ISSN
ISSN 2148-5143
9 772148 514008

Geleceğimiz için
FENEROL
Destek seçenekleri için:
fenerbahce.org/fenerol
FENER·OL
19 07

ENZA KOLEKSİYON 2019
SİMENA SERİ

Kusursuz Geometri

Estetik ve geometrik hatlara sahip
modern **SİMENA SERİSİ**, şıklığını,
çarpıcı tasarım öğeleri ile kusursuzca sergiliyor.

enza HOME
en güzel anlara

ZAMANSIZ ZARAFET
Zamansız ve rafine bir tarzı temsil eden **PIEDRA SERİSİ**, mermer desen ve özel tasarım parlak rose kulpları ile özgün ve doğal işçiliğe vurgu yapıyor.
enzahome.com.tr
EnzaHome
enzahome

enza HOME
en güzel anlara

HOTİÇ
2019 İLKBAHAR/YAZ
#sevgimizkarşılıklı

www.vitello.com.tr info@vitello.com.tr /mobilyavitello /vitellogardenconcept /vitellobahçemobilyaları /vitellogarden
Genel Merkez: Fatih Mah. 1191 Sk. No.18 Sarnıç Gaziemir - İzmir / TÜRKİYE Tel. +90 232 281 61 00 (pbx) Fax. +90 232 281 55 60
Urla Showroom Tel. +90 232 754 16 83 • Alaçatı Showroom Tel. +90 532 220 82 74 • Mavişehir Showroom Tel. +90 232 330 77 70 • Balçova Showroom Tel. +90 232 278 00 99

VITELLO®

garden concept

Vitello Pablo Ailesi

PEOPLE mag

DERİN MEDYA BASIN YAYIN REKLAM ORGANİZASYON TURİZM
TEKSTİL TİCARET LİMİTED ŞİRKETİ ADINA
İMTİYAZ SAHİBİ, GENEL YAYIN YÖNETMENİ ve SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ

İnci Koparan
incikoparan@gmail.com
inci@peoplemag.com.tr

GÖRSEL YÖNETMEN
Yeşim Ayan
info@peoplemag.com.tr

SANAT YÖNETMENİ
Benay Şahin
info@peoplemag.com.tr

GÜZELLİK EDİTÖRÜ
Beste Paydaş Ertan
info@peoplemag.com.tr

MODA EDİTÖRÜ
Arzum Kılıç
info@peoplemag.com.tr

KONULAR EDİTÖRÜ
Öyküm Bozkurt
info@peoplemag.com.tr

SAĞLIK VE YAŞAM EDİTÖRÜ
Tülin Açıkbaş
info@peoplemag.com.tr

FOTOĞRAF EDİTÖRÜ
İdris Can Özcan
info@peoplemag.com.tr

WEB TASARIM
Ersin Bırakır
info@peoplemag.com.tr

STAJYER
Feride Sarımehmet
info@peoplemag.com.tr

REKLAM, PR VE ORGANİZASYON KOORDİNATÖRLERİ
Kübra Söğüt - Başak Ayay
Tel: 0541 259 90 20 info@peoplemag.com.tr

PEOPLE MAG İLETİŞİM ADRESİ
İhsan Aksoy sok No:2/19 Etiler/İstanbul
Tel: 0 533 577 13 66
www.peoplemag.com.tr

YAYIN TÜRÜ
Yaygın Süreli
Dergide yer alan yazı ve fotoğrafların tüm hakkı PEOPLE MAG DERGİSİ'ne,
yayınlanan ilanların sorumluluğu ise ilan sahiplerine aittir.

Baskı: MİM OFSET
Dağıtım: ABONE/Türkcell Dergilik

Baskı Tarihi: 01/08/2019 ISSN: 2148-5143

www.peoplemag.com.tr
peoplemagofficial turkcell dergilik TURKCELL MARVEY NICHOLS Galeries Lafayette

DENİZ GYO'DAN

LE CHIC BODRUM ASARLIK

VILLA·RESIDENCE·HOTEL

HAYATIN EN ŞIK HALİ

Özel koyuyla Bodrum'un merkezinde
çok şık bir yaşam sizi bekliyor.

DenizGYO

0252 313 24 42

DenizBank

ASARLIK MEVKİ lechicbodrum.com LeChicBodrum

MERHABA AĞUSTOS!

Sizlerden gelen yoğun istek üzerine Ocak ayında ilk sayısını çıkarmak istediğimiz "People Mag Business" dergimizin yoğun çalışmaları, bir yandan sizin için ekim ayında yapacağımız çok sürpriz bir gün için hazırlık yapmaktan inanın ben hala tatile çıkamadım. Ama mutsuz muyum? Asla, aksine her gün sizlerle, daha başarılı, daha mutlu, daha keyifli bir büyümenin içerisindeyiz, bizleri hiç yalnız bırakmadığınız için, her şeyden önce en büyük alkış siz değerli okuyucularımıza... Sonsuz teşekkür ederiz.

Bu sayı kapak konuğumuz özellikle genç gelin adaylarının yakından tanıdığı "Beyaz Butik" markasının sahibi Hacer Özil oldu. Hacer'le kendi evinde çok keyifli bir çekim gerçekleştirdik.

İçeriğimize şöyle bir göz atalım; Kimler? Nerede? Neler yapmış? Bodrum ve Çeşme full dememe sanırım gerek yok. Sizler için oralarda olan sevgili ekip arkadaşlarım iğne atsan yere düşmez diyorlar. Bakalım hangi davetlerde, neler olmuş?

Göz alıcı konumu ile Bodrum Riviera'sının muhteşem gün batımına sahip The BO Viera projesinde yapılan ilk davete de Bodrum tutkunları büyük ilgi gösterdi.

İtalyan yat üreticisi Azimut Yachts'in Türkiye distribütörü Karina Marine Group'un düzenlediği "Azimut Türkiye Yaz Buluşması"na bu yıl Azimut|Benetti Group'un 50.yaş kutlamaları Bodrum'da Şark Saatçiliğin temsilcisi olduğu Ulysse Nardin ile damga vurdu.

"House Of Sun" konseptiyle güneş gözlüğü severlere "Her tarza ve karaktere uygun güneş gözlüğü" modellerinin mağazalarında bulunduğu mesajını veren Sunglass Hut; yaz sezonunun en yeni modellerini The Bodrum Edition'da gerçekleşen özel bir davetle tanıttı.

Youtube'un en sevilen ve en çok dinlenen isimlerinden Reynmen'in merakla beklenen klibinin tanıtımı, Lipton Ice Tea işbirliği ile özel bir parti ile gerçekleşti. Reynmen'in "Ela" şarkısının lansman partisine katılanlar arasında Bilal Sonses, Eypio, Yasemin Sakallıoğlu ve Zeynep Bastık da vardı.

Hepinize şimdiden iyi bayramlar ve keyifli okumalar dilerim,

Sevgiler

www.peoplemag.com.tr
peoplemagofficial
turkcell dergilik
TURKCELL
HARVEY NICHOLS
Galeries Lafayette

Bunlara Bayıldım!

KALEOS

VYONNE S

TEMPERLEY LONDON

DOLCE&GABBANA

RASARIO

SAPYLA

SAPYLA

JRO

AQUAZZURA

MONSE

ALEX PERRY

JIMMY CHOO

LITO

LOULOU DE LA FALAISE

ZIMMERMANN

RACHEL ZOE

SAINT LAURENT

SALVATORE FERRAGAMO

MCQUEEN

STELLA McCARTNEY

MICHI

DOEN

VALENTINO

VALENTINO

people WALK

Hazırlayan: İdris Can Özcan

BURCU ZİYAL

Cemiyet hayatının genç temsilcilerinden Burcu Ziyal, hafta içi akşam yemeği için geldiği Kanyon'da objektiflere takılan tanıdık isimler arasındaydı. Eşi Emre Ziyal ile Gina'da buluşan Burcu Hanım, akşam yemeği sonrası eşi ile sinema keyfi yaptı.

ELİF BOYNER

Cemiyet hayatının genç temsilcilerinden Elif Boyner, hafta içi iş arasında öğle yemeği için geldiği Kanyon'da objektiflerimize yansıdı. Yemek sonrası kısa bir alışveriş turu yapan Boyner, daha sonra alışveriş merkezinden ayrıldı.

TOPRAĞIN KADINLARI ÖDÜLÜ

2020

Aday Başvuru Duyurusu

@Julien Hay

@Gustavo Figueiredo

@Julien Hay

Her gün daha fazla kadın dünyayı değiştirmek için harekete geçiyor

Yves Rocher Vakfı - Institut de France, kadınların bu mücadelesine 18 yıldır destek veriyor. Bu süreçte, 50'den fazla ülkede, 430'dan fazla kadına, faaliyetlerinden dolayı Toprağın Kadınları Ödülü verildi ve toplamda 2 Milyon euro bağış yapıldı. Ödüllendirilen kişilerdeki ve eylemlerdeki farklılıklar, biyolojik çeşitlilik ve insan sağlığının korunması konularında kadınların üstlendiği rolün önemini ortaya koymaktadır. Güçlerini birleştiren kadınlar, yarının dünyasını daha yeşil, daha adil ve daha ahenkli bir biçimde şekillendirerek fark yaratmaktadırlar.

Her kadın Toprağın Kadınları Ödülü'nü kazanabilir

Proje kapsamında toplum veya çevre yararına ticari faaliyetler yürüten ve kar amacı gütmeyen bir kuruluş bünyesinde yer alan kadınlar ve çevre yararına bireysel bir proje yürüten her yetişkin kadın bu ödüle layık görülebilir.

ÖDÜL

10.000 €

Aday başvuruları, 31 Ekim 2019'a kadar internet sitesi üzerinden yapılacaktır.

www.yvesrocher.com.tr

İletişim: 0212 270 72 73 - 125

FONDATION YVES ROCHER

GÜLSEREN-CEM-ELİF EREN

Eren Holding'in sahipleri Gülseren Eren hafta içi oğlu Cem ve kızı Elif Eren ile alışveriş için geldikleri Kanyon'da objektiflerimize takıldı. Önce Gina Restoran'da yemeklerini yiyen Eren ailesi daha sonra uzun bir alışveriş turuna çıktı.

TAV Passport'luların
bu yaz keyfi
çok yerinde!
TAV Passport Üyeleri'nin
yurtiçi ve yurtdışı
havalimanlarındaki
Lounge'lara giriş hakları
olduğunu biliyor muydunuz?
TAV
Passport
@TAVPassport
0 850 222 25 75
İstanbul (Sabiha Gökçen) • Ankara • İzmir • Dalaman • Antalya • Milas Bodrum • Kıbrıs Ercan
ve dünyada 500'ün üzerinde noktada...

OSMAN NEJAT ÖZER-NURGÜL YEŞİLÇAY

Ünlü oyuncu Nurgül Yeşilçay, önceki gün komedyen Cem Özer'den olan oğlu Osman Nejat ile alışveriş için geldiği Kanyon'da objektiflerimize yansıyan tanıdık isimler arasındaydı. Anne-oğul önce sinemaya girerek film seanslarına baktı, daha sonra kısa bir alışveriş turu yapan ikili sonrasında ise sinemaya girdi. Nurgül Hanım'ın pembe şıklığı gözlerden kaçmazken güzel oyuncu kendisi ile fotoğraf çektirmek isteyen hayranlarını da kırmadı.

MELİSA MIZRAKLI

Cemiyet hayatının en güzel kızları arasında gösterilen Melisa Mızraklı hafta içi alışveriş için geldiği Kanyon'da objektiflerimize yansıdı. Uzun bir süre mağazaları dolaşan Mızraklı daha sonra öğle yemeğini yedikten sonra alışveriş merkezinden ayrıldı.

ASLI ENVER

Sanatçı Murat Boz ile ilişkisine kaldığı yerden devam eden güzel oyuncu Aslı Enver, hafta içi iş görüşmesi için geldiği Kanyon'da objektiflerimize takılan tanıdık simalar arasındaydı. Gina'da gerçekleştirdiği iş yemeği sonrası alışveriş merkezinden ayrılan Enver objektiflere böyle yansıdı.

NİLÜFER BULUT-NİDA BOZKURT

Türkiye İş Kadınları Derneği Başkanı Nilüfer Bulut, hafta içi kızı Nida Bozkurt ile alışveriş için geldiği Kanyon'da objektiflerimize yansıdı. Harvey Nichols'ta alışverişlerini tamamlayan anne-kız Gina'da yemeklerini yedikten sonra alışveriş merkezinden ayrıldı.

İLKSEN BAŞARIR-MERT FIRAT

Oyunculuğu ile genç neslin başarılı isimleri arasında yerini alan ünlü oyuncu Mert Fırat, hafta içi yakın dostu sanat yönetmeni İlksen Başarır ile yemekte Kanyon'da buluştu. Yemek sonrası bir süre sohbet ederek alışveriş merkezinde gezen ikili daha sonra alışveriş merkezinden yine birlikte ayrıldı.

AHU-KADİR HAS

Cemiyet hayatının tanınmış simalarından Ahu Has, hafta içi oğlu Kadir ile alışveriş için geldikleri Kanyon'da objektiflerimize takılan tanıdık isimler arasındaydı. Her zamanki şıklığı ile görüntülenen Ahu Hanım, oğlu Kadir'e gecikmiş karne hediyesi için bir şeyler bakmaya geldiklerini söyledi.

BEREN SAAT DOĞULU

Beren Saat, hafta sonu kısa bir alışveriş için geldiği Kanyon'da objektiflerimize takıldı. Sadece 5 dakikalığına alışveriş merkezine giren saat Harvey Nichols mağazasından bir arkadaşı için doğum günü hediyesi aldıktan sonra alışveriş merkezinden ayrıldı.

DERİN TALU

Ünlü sunucu Defne Samyeli'nin küçük kızı Derin Talu, hafta sonu alışveriş için geldiği Kanyon'da objektiflerimize yansıdı. Annesi ve ablası Deren gibi güzelliği ile gündemden düşmeyen Derin Talu, kısa bir alışverişin ardından arkadaşlarıyla sinema keyfi yaptı.

DERYA TUNA

Magazin camiasının sevilen isimlerinden Derya Tuna, hafta sonu yakın bir bayan arkadaşı ile alışveriş için geldiği Kanyon'da objektiflerimize yansıdı. Önce bir takı mağazasına giren Tuna, daha sonra mağazaları tek tek dolaştı. Alışveriş sonrası arkadaşı ile Hub Restoran'da kahvesini içtikten sonra alışveriş merkezinden ayrıldı.

BEGÜM KARAMAHMUTOĞLU

Cemiyet hayatının tanınmış simalarından Begüm Karamahmutoğlu, hafta sonu Kanyon'da düzenlenen çocuk etkinliğine oğlu Berk ile geldi. Etkinlik sonrası oğlu ile alışverişe koyulan Begüm Hanım objektiflerimize böyle yansıdı.

KENAN ERÇETİNGÖZ - OZAN ŞENER

Gecce.com'un kurucusu, magazin duayeni Kenan Erçetingöz ve Sera Group Genel Müdürü Ozan Şener, geçtiğimiz gün İstanbul'un en gözde ve trend alışveriş merkezi Emaar'da görüntülendi. Tickerdaze'de bir araya gelen iki dost, yemek yiyerek uzun uzun sohbet etti. Oldukça neşeli görünen dostlar, objektiflerimize poz vererek Emaar'dan ayrıldı.

ŞÜKRAN GÜZELİŞ

Cemiyet hayatının sevilen ismi, Zen Diamond'un Yönetim Kurulu Üyesi Şükran Güzeliş, önceki gün İstanbul'un en gözde ve trend alışveriş merkezi Emaar'da objektiflere yansıdı. Önce mağazasını ziyaret eden Güzeliş, daha sonra alışveriş için mağazaları gezdi. Şıklığıyla dikkat çeken başarılı iş kadını, kameralarımıza gülümsemeyi de ihmal etmedi.

TUVANA BÜYÜKÇINAR

Ünlü modacı Tuvana Büyükçınar, geçtiğimiz gün yakın arkadaşı ile öğle yemeği için geldiği Kanyon'da objektiflerimize takılan tanıdık simalar arasındaydı. Gina'da yakın dostlarıyla öğle yemeği yiyen Büyükçınar, akşam saatlerine kadar bol bol sohbet etti, çıkışta ise objektiflere böyle yansıdı.

SÜLEYMAN ORAKÇIOĞLU

Orka Group Yönetim Kurulu Başkanı Süleyman Orakçıoğlu da Kanyon alışveriş merkezinde rastladığımız isimler arasındaydı. Orakçıoğlu akşam yemeği için arkadaşlarıyla buluştu. Koyu ve uzun hoş sohbetle geçen yemekten sonra masadan kalkan Süleyman Bey ve arkadaşları uzun süre ayakta sohbet etmeye devam ettiler.

JAN VESELY

Fenerbahçe Beko'nun yıldızı Jan Vesely, geçtiğimiz gün İstanbul'un en gözde ve trend alışveriş merkezi Emaar'da görüntülendi. Turkish Airlines EuroLeague Final Four yorgunluğunu ailesi ile birlikte vakit geçirerek atan başarılı oyuncu, mağazaları dolaşıp alışveriş yaparak Emaar'dan ayrıldı.

ÖMER GÜRSOY

Galatasaray Spor Kulübü eski yöneticilerinden Ergün Gürsoy'un oğlu genç iş adamı Ömer Gürsoy, öğle saatlerinde geldiği Kanyon Alışveriş Merkezi'nde dostlarıyla bir araya geldi. Arkadaşlarıyla yemek yiyen Gürsoy, yemek sonrası "Uzun zamandır görüşemediğim arkadaşlarımla yemek yedik, işe kısa bir ara verdik işleri beni bekler." diyerek alışveriş merkezinden ayrıldı.

ÇABA GÖNÜLLÜLERİ BODRUM'DA ZÜLFÜ LİVANELİ KONSERİNDE BULUŞTU

Toplumun ihtiyaç duyulan her alanında gerçekleştirdiği yardım faaliyetleri ile bugüne kadar pek çok projeye imza atan ÇABA Derneği, gönüllüleri ile birlikte Zülfü Livaneli'nin Bodrum Antik Tiyatro'da gerçekleşen konserinde bir araya geldi. Aralarında Aysegul Dinçkök, Yasemin Aloğlu, Hayat Cengiz, Balçiçek İlter, Nazlı ve Ali Sunal, Nesrin İlter, Tuna Öztürk ve Sedef İybar'ın bulunduğu gönüllüler, ünlü orkestra şefi Rengim Gökmen ve Zülfü Livaneli'yi aynı sahnede buluşturan, Zeynep Halvaşi ve Teyfik Rodos'un solist olarak yer aldığı Zülfü Livaneli ile Sevdalım Hayat konserinde müzik dolu bir yaz akşamı geçirdiler. Zülfü Livaneli'nin geçmişten bugüne unutulmaz şarkılarını seslendirdiği Bodrum konserinin gelirinin bir bölümü ÇABA Derneği'ne bağışlandı. Elde edilen gelir, Elazığ'da yapımı devam eden 16 derslikli ÇABA İlkokulu'na aktarılacak.

NAZLI - ALİ SUNAL

yatasbedding.com.tr YatasBedding YatasBedding

yataş® bedding

İZMİR BÜYÜKŞEHİR BELEDİYE BAŞKANI TUNÇ SOYER, EGİAD'I ZİYARET ETTİ...

Mart ayında gerçekleştirilen Yerel Seçimler öncesinde EGİAD'ı ziyaret eden İzmir Büyükşehir Belediye Başkanı Tunç Soyer'den her ay düzenli olarak biraraya gelerek kentin sorunlarını birlikte masaya yatırmak üzere söz alan EGİAD, Soyer ile ilk toplantısını gerçekleştirdi. EGİAD Başkanı Mustafa Aslan, Yönetim Kurulu, geçmiş dönem başkanları ile iş dünyası temsilcilerinin katıldığı toplantıda Kent Ulaşımı, Kent Altyapısı, Çevresel Sürdürülebilirlik, Ticaretin Sürdürülebilirliği, Yapılaşma ve Şehir Estetiği, Marka Şehir İzmir olmak üzere 6 ana başlık altında 80 tespit, çözüm önerisi ve beklenti sıralandı.

TUNÇ SOYER

YUSUF ATALA, ELVAN-ORHAN KARADERİLİ, CEM-PINAR ÖZER

TERMA CİTY'DEN GÖRKEMLİ AÇILIŞ

Karaderili Şirketler Grubuna ait 5 yıldızlı Terma City görkemli bir açılışla kapılarını misafirlerine açtı. Cem Özer sunuculuğunda İş, siyaset, sanat dünyasının önemli isimlerinin de yer aldığı bu özel gecede Bülent Ersoy sahne aldı. Geceye Karaderili Şirketler Grubunun Yönetim Kurulu Başkanı Orhan Karaderili ,Yönetim kurulu başkan yardımcısı Elvan Karaderili ve Karaderili Şirketler Grubu Ceo'su Tevfik Talas ev sahipliğinde misafirlerini ağırladı. Türk Sanat Müziği'nin Divası Bülent Ersoy, salı gecesi Yalova'nın ilk ve tek 5 yıldızlı oteli Terma City'nin açılış gecesinde sahnedeydi. Havuz başında gerçekleşen konseri 1000 kişi izledi. Gülşah Saraçoğlu'nun atölyesinin hazırladığı, ten rengi tül üzerine, yarı değerli Swarovski taşlar işlenmiş transparan tuvaleti ve bronz teni ile Diva, sadece sesiyle değil, görüntüsüyle de izleyenleri kendisine hayran bıraktı.

ELVAN-ORHAN KARADERİLİ

JAD MİGLİORİNİ, ERSEV SEVİNCER, VİTTORİO ZAGAİA, PAOLA TERRİTO
MUSTAFA ELİACIK, MURAT SOYDAŞ

AZIMUT BENETTI GROUP'UN 50. YILI KUTLANDI

İtalyan yat üreticisi Azimut Yachts'in Türkiye distribütörü Karina Marine Group'un düzenlediği "Azimut Türkiye Yaz Buluşması"na bu yıl Azimut|Benetti Group'un 50.yaş kutlamaları Bodrum'da Şark Saatçiliğin temsilcisi olduğu Ulysse Nardin ile damga vurdu. Türkiye'de sektör lideri olan Karina Marine Group'un temsil ettiği Azimut Yachts'ın bağlı olduğu dünyanın en büyük lüks, mega yat üreticisi Azimut|Benetti Group bu yıl 50.yaşını kutluyor. Azimut|Benetti Group'un 50. yaşına özel olarak yıl içinde 5 farklı kıtada 5 özel etkinlik düzenleniyor ve ulusal temsilciler de bu yıla özel davetler veriyor. Bu yıl Karina Marine Group da temsil ettiği Azimut Yachts adına Bodrumda geleneksel yaz buluşmasını 50. yılı kutlamak adına Y Lounge, Yalıkavak Marina'da gerçekleştirdi. Azimut Yachts'ın Türkiye prömiyeri yapılan Azimut Grande 27 Metri teknesi de etkinlik akşamında ilk kez tekne severlere gösterildi.

TİMUR-BANU SAVCİ

NESLİGÜL AKSOY

BERİL AKÇAY

AYŞE BURCU-ALİ İHSAN KAYA

GÖZDE-AYTEK ŞAVKAN

GİLMAN KARADENİZ

AYŞE-EROL DEMİRER

HAKAN SÖYLER, ZAFER ŞEN, GÖZDE KÜTÜK, REYNMEN, MAHMUT SİPAHİ, DİDEM ŞİNİK, ÖZGE ÖZEL

REYNMEN'İN MERAKLA BEKLENEN YENİ KLİBİ ÖZEL BİR PARTİYLE TANITILDI

Youtube'un en sevilen ve en çok dinlenen isimlerinden Reynmen'in merakla beklenen klibinin tanıtımı, Lipton Ice Tea işbirliği ile özel bir parti ile gerçekleşti. Reynmen'in "Ela" şarkısının lansman partisine katılanlar arasında Bilal Sonses, Eypio, Yasemin Sakallıoğlu ve Zeynep Bastık da vardı. Reynmen'in yayınlanacak klibinin ilk kez izlendiği gece, eğlenceli görüntülere sahne oldu. Türkiye'nin en çok takip edilen Youtuber'larından Reynmen'in ev sahipliğinde, "Gençleri Kolaya Kaçmamaya" davet eden Lipton Ice Tea işbirliğiyle düzenlenen yepyeni klibinin ilk kez izlendiği parti, geçtiğimiz akşam W Hotel Secret Garden'da gerçekleşti. Tüm davetlilerin ilgiyle izlediği klip, Türkiye'nin en çok konuşulan ve en iddialı prodüksiyonlarından biri olmaya aday... "Ela" şarkısının klip lansman partisine katılanlar arasında Bilal Sonses, Eypio, Yasemin Sakallıoğlu, Zeynep Bastık ile Reynmen'in yakın dostları ve arkadaşları vardı.

TOLGAAKIŞ-ZEYNEP BASTIK

DİDAR TÜRK

FERİDE-YASİN AKKANAT

IŞIL REÇBER

ÖZLEM SÜER RESORT 20' KOLEKSİYONUNU RAYMOND WEIL SAATLERİ İLE SİRENE LUXURY HOTEL BODRUM'DA ÖZEL BİR DEFİLE İLE GÖRÜCÜYE ÇIKARDI!

Uluslararası moda platformlarında 30 yılı aşkın süredir üretimlerini gerçekleştiren, dünyada 150 satış noktasıyla alıcılarıyla buluşan akademisyen tasarımcı Özlem Süer, "Resort"koleksiyon defilesini İsviçre saatlerinin üstün işçiliğini yansıtan Raymond Weil, saatleriyle birleştirdi. Sirene Luxury Hotel Bodrum'da gerçekleşen defile de cemiyet ve sanat dünyasından isimler katılım gösterdi. Defiledeki parçaların çoğu, içlerinde mayo ve bikiniler ile tasarlanırken, bir anda denize girme isteği uyandırıp, ardından ışıltılı ada gecelerine devam etme hazzını maksimumda hissettiren bir ilkeyle üretildi. Gece "glaminin" hologramik pullarla, sonsuz lüksün el yapımı aksesuarlarla birleştiği giysilerin özel bağlama teknikleriyle birçok yere farklı yerlere gelebilecek tasarım matematiği ise izleyenleri hayran bıraktı.

ÖZLEM SÜER

‘SU İLE GELEN İYİLİK HALİNİN METABOLİZMA VE BEDEN SAĞLIĞI İLE BİRLEŞMESİ’

Dr. Nazan Cihan, Nish Palas GREENSPA’da düzenlenen “Metabolizmanız ve Bedeniniz İçin Sağlık” konulu sabah kahvesi davetinde cemiyet hayatının tanınmış isimleriyle bir araya geldi. GREENSPA Kurucusu Dilek Eren Özben ile Genel Koordinatörü Güneş Eren’in ev sahipliğinde gerçekleşen davette Dr. Nazan Cihan, kişinin beslenme düzeni ve tükettiği yiyeceklerin metabolizmayı doğrudan etkilediğini belirterek, sağlıklı bir bedene sahip olmak için beslenme programları ve özel diyetlerin yanı sıra düzenli masaj ve hamam ritüelinin de önemli olduğunu söyledi. Nish Palas GREENSPA’daki davette keyifli saatler geçiren ünlü hanımlar, Dr. Nazan Cihan’dan su ile gelen iyilik halinin metabolizma ve bedenimize katkıları hakkında önemli ipuçlarını öğrenme fırsatı buldular.

DR NAZAN CİHAN

GÜNEŞ EREN, AYŞE AZİZOĞLU
DİLEK EREN ÖZBEN

ARZU ÖZAL

PERİHAN AKI

İSMET ALPAGUT

TÜRKAN ÖZDEMİR

GÜLBİN SİMİTÇİOĞLU

MİNE BAŞAR, ARZU CERRAHOĞLU, ESRA_YAKUPOĞLU, SERRA CERRAHOĞLU

MYKONOS GLOW BY MÜGE ARNAS & TUBA PEKSAYAR-THE GLOWINGS BY TUÇE PEKSAYAR - TUBA ERGİN

Mykonos Glow by Müge Arnas/Tuba Peksayar, The Glowings by Tuçe PeksayarveTuba Ergin markaları seyahat kolaylığı ve yaz şıklığı için Brandroom Yalıkavak Marina'da bir araya geldiler. Mykonos Glow'un sıcak, neşeli, etnik, asil takıları, renklere ve hislere hitap eden seyahatte şıklık üzerine kurulan The Glowings aksesuarları ve Tuba Ergin'in eşsiz koleksiyonunun sergilendilendiği davete sanat ve cemiyet hayatının ünlüleri akın etti. Davete katılan ünlüler arasında Ece Vahapoğlu, Sema Çelebi, Gülgün Çavuşoğlu, Ahu Orakçıoğlu, Aysel Akçay ve Beril Akçay gibi birçok önemli isim yer aldı.

TUBA PEKSAYAR, NESLİGÜL ALTAY, MÜGE ARNAS

DİNÇER ALPMAN-ASLI SELGÜR

AHU ORAKÇIOĞLU

SİMA ERGANİ

GÜLGÜN ÇAVUŞOĞLU

NURAY FENERCİOĞLU

AYSEL AKÇAY

ERDODER İÇİN BODRUM'DA BULUŞTULAR

Erken Doğan Bebekleri Yaşatma Derneği (Erdoder) yemeği önceki gün Bodrum Yalıkavak'taki La Maison Restaurant'ta gerçekleşti. Dernek başkanı Canan Göztepe evsahipliğinde gerçekleşen davete Aslı Aydın, Turgay Kıran, Deniz Anapa, Arzu Aydın, Azize Akandere, Aysel Akçay, Kendi, Uğur Batur, Dilek Birgen, Nergis Vanderberk, Selma Uğurlu, İpek Özatacan, Sibel Vatandost gibi ünlü simalar katıldılar. Muhteşem bir Bodrum gecesi yaşayan misafirler İsmet-Merih Akalın'ın müzikleriyle de eğlendiler. Geceden elde edilen tüm gelir minik kalplerin yaşamlarına umut olmak için Erdoder derneğine bağışlandı.

CANAN GÖZTEPE, AZİZE AKANDERE, ASLI AYDIN

ARZU KUZU

EBRU YILMAZ

AYSEL AKÇAY

UĞUR BATUR, KENDİ

İPEK ÖZATACAN

NERGİS VANDERBERK

KADRİYE-SALİH-ÇAĞLA-EFE BEZCİ

BODRUM TUTKUNLARI, THE BO VIERA'DA BULUŞTU

İnşaat sektöründe gerçekleştirdiği öncü projeleri ile yaklaşık yarım asırdır Başkent Ankara'ya ve Türkiye'ye damgasını vuran BESA Grup, Bodrum'da bulunduğu bölgede büyüklüğü ve konumu açısından emsalsiz The BO Viera projesi ile çalışmalarını sürdürüyor. Göz alıcı konumu ile Bodrum Riviera'sının muhteşem gün batımına sahip The BO Viera projesinde yapılan ilk davete de Bodrum tutkunları büyük ilgi gösterdi. BESA Grup Yönetim Kurulu Başkanı Salih Bezci ve Yönetim Kurulu Üyesi Efe Bezci'nin ev sahipliğinde yapılan davete iş, sanat ve cemiyet dünyasından ünlü isimler katıldı. Show residence'da Bodrum'un unutulmaz altın rengi gün batımında, The BO Viera'nın sofistike Riviera yaşam stili ile buluşan konuklar Ege Denizi'nin mavisi ile birleşen sonsuzluk havuzunun bulunduğu The BO Lounge'da da Su Soley performansı ile keyifli saatler geçirdiler.

ADNAN-BEGÜM ŞEN

MERAL YAZICI

MÜGE SIRMABIYIK

NESLİGÜL AKSOY

AYSEL- BERİL AKÇAY

İNCİ ARAS

BİRİM BAYRAKTAR

EMRE-BURCU ZİYAL

BAŞAK-MUSTAFA ÇAĞLAR

RABİA KURŞUN

ARZU-CAN DEMİRER

ÖZLEM MURAT HAZİNEDAR

ZAFER KOZANOĞLU

Yeni Yataş Çeyiz Setleri ile Yeni Mutluluklara...

Ev tekstilinde Türkiye'nin yenilikçi ve öncü yüzü olan Yataş, her detayında ayrıcalıklı bir şıklığı ve kaliteyi yansıtan yeni Çeyiz Koleksiyonu ile mutluluğa ilk adımınızı atarken de yanınızda. Benzersiz nevresim takımlarının yanında; bornoz, havlu, yastık ve yorgan gibi birçok tekstil ürününü beğenilerinize sunan **Yataş Çeyiz Setleri,** ihtiyaçlarınıza ve beklentilerinize uygun alternatifli çözümler sunuyor.

Çağdaş bir bakış açısı ile stil odaklı bir tasarım yaklaşımı ortaya koyan yeni Yataş Çeyiz Setleri, akıllarda yer eden klasik, alışıldık çeyiz seti kavramına sıra dışı bir yorum getirerek; özgün, yenilikçi ve estetik çeyiz modellerini sizlerle buluşturuyor.

yatasbedding.com.tr YatasBedding YatasBedding

SÜREYYA YALÇIN

DİLARA BEL

ÇİĞDEM KAYALI-LAL DENİZLİ

"HOUSE OF SUN" KONSEPTİYLE GÜNEŞ GÖZLÜĞÜ SEVERLERE ÖZEL BİR DAVETLE TANITTI.

"House Of Sun" konseptiyle güneş gözlüğü severlere "Her tarza ve karaktere uygun güneş gözlüğü" modellerinin mağazalarında bulunduğu mesajını veren Sunglass Hut; yaz sezonunun en yeni modellerini "The Bodrum Edition'da" gerçekleşen özel bir davetle tanıttı."Moda ve Premium güneş gözlüklerinin küratörü" olarak bilinen Sunglass Hut davetinde, benzersiz marka yelpazesi ve ayrıcalıklı modellere davetliler büyük ilgi gösterdi. Davete, sanat ve cemiyet hayatından ünlü isimler katılırken, davetliler dünyaca ünlü markaların güneş gözlüklerini yakından inceleme fırsatı bulup, The Bodrum Edition'ın muhteşem Yalıkavak manzarası eşliğinde keyifli dakikalar geçirdiler.

PINAR SABANCI

ELİF-CEM EREN

NESLİHAN YARGICI

İLAYDA OYMAK

BEDRİ GÜNTAY-PELİN KARAHAN

MERVE SEVİ

BEGÜM KARAMAHMUTOĞLU

ARZU KUNT

DEMET EVGAR LAY'S İLE YAZI BAŞLATIYOR

Henkel'in yenilikçi cilt bakım markası Diadermine, cildi hem zamana hem de güneşe karşı korumak için geliştirdiği LIFT+ serisini, Türkiye'nin önde gelen güzellik ve kişisel bakım ürünleri zincirlerinden Watsons ile birlikte gerçekleştirdiği bir organizasyon ile tanıttı. İstanbul Ortaköy'deki Feriye Palace'ta düzenlenen lansmana, basın mensuplarının yanı sıra influencer'lar da yoğun ilgi gösterdi. Dermatoloji alanında 115 yıllık uzmanlığa sahip Diadermine tarafından güneşin keyfini gönlünüzce çıkarabilmeniz için geliştirilen LIFT+ Koruyucu Losyon ve LIFT+ Güneş Koruyucu Gündüz Kremi, etkisi ve üstün teknolojisi ile dikkat çekiyor. Skinplex kolajen destekleyici, kırışıklık karşıtı etki, UVA/UVB filtresi ve cilt lekelerine karşı koruma sayesinde güneşten korkmanıza gerek kalmıyor. Yaşlanma Karşıtı Teknoloji, ciltteki kolajen liflerinin üretimini artırıyor ve güçlü bir kolajen ağı oluşturuyor.

HANDE ATAİZİ

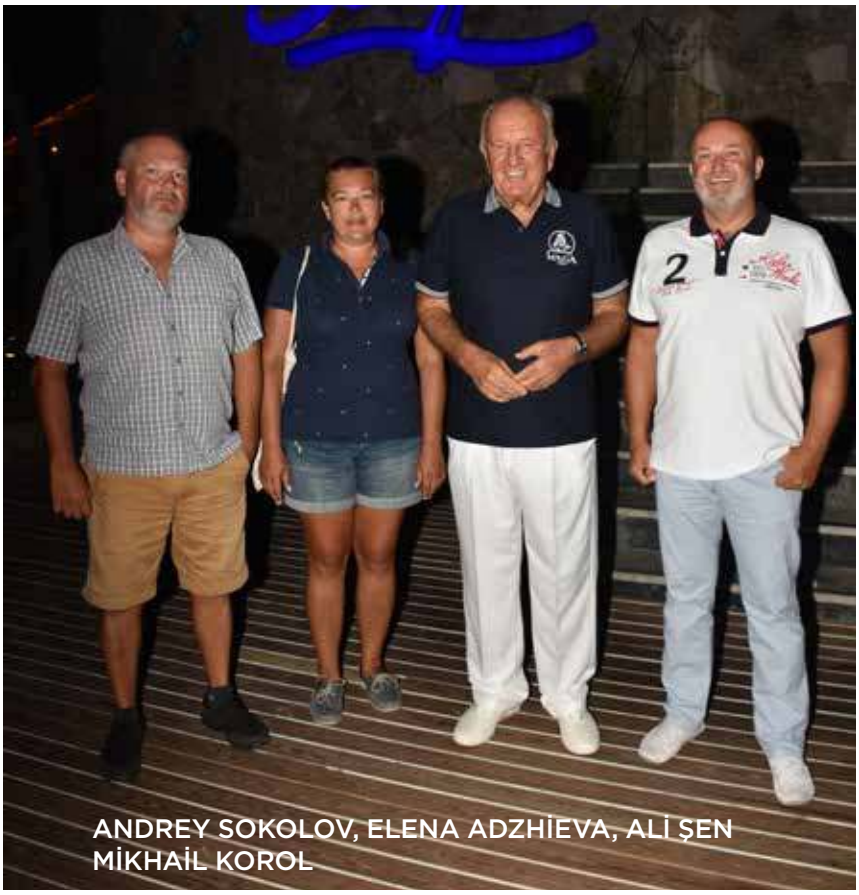
Shangri-La Bosphorus

ISTANBUL

HAYALLERİNİZİN ÖTESİNDE

"Gelecek günlerde, Shangri-La adındaki bu büyülü cennette, hayatları sonsuza dek değişecektir..."

/shangrilaist /shangrilaistanbul /shangrilaistanbul shangri-la.com/istanbul | 0212 275 8888



ANDREY SOKOLOV, ELENA ADZHİEVA, ALİ ŞEN
MİKHAİL KOROL

CEYDA KADAYIFÇIOĞLU

YAZIN KEYFİ SERAFİNA MARE'DE DEVAM EDİYOR

Bodrum'un gözde İtalyan restaurantlarından Serafina Mare, eğlenceye hız kesmeden devam ediyor. Beach ve restaurant hizmeti veren Serafina Mare damaklarda unutulmaz izler bırakan İtalyan tatlarını lezzet tutkunlarıyla buluşturuyor. Geleneksel hale gelen Ali Sayar geceleri de mekana gelenlere unutulmaz saatler yaşatıyor. Geçen yıl olduğu gibi bu sezon da yaz akşamlarının keyfini Serafina Mare'de çıkaran tatilciler Ali Sayar'ın müzikleriyle keyif dolu akşam geçirdiler. Salı, perşembe ve cuma günleri dj kabininde müzik yapan Ali Sayar'ı dinlemeye gelenler arasında cemiyet hayatının ünlü isimleri vardı.

AHMET KARAÇİL-METİN ŞEN-MURAT YÜREK

CAVİT-NURSEL ÇAĞLAR

DİLARA EKŞİOĞLU
SERPİL-HALDUN ORAKÇIOĞLU

METE-TULİN-SİNAN VARDAR

KEREM-SADRİ ALIŞIK

BURAK-NECMETTİN KARABACAK

FERHAN GÖZALAN

HÜMEYRA OKAN-BURCU CESUR
DİDEM ÖZKES

NEDİM-GAMZE KEÇELİ

YAŞAR GÜMÜŞEL-BATU ŞEN
ASLI GÜMÜŞEL

YASEMİN GÜRAL-YASEMİN ACAR
ZUHAL PİRİNÇCİOĞLU

BALÇİÇEK İLTER-TUNA ÖZTÜRK-ÖZLEM ZEHEBİ-SEDEF İYBAR-[illegible] SABANCI

HARRİS DOUROS, CİHAN KİLİNCKAYA, SAKİS TANİMANİDİS, MİLTOS KAMBOURİDES, HARRY GALANİS, FİGEN TUTAKLİ, KONSTANTİNOS PREKATES.

MUSEUM OF ILLUSİONS İSTANBUL'UN AÇILIŞINDAN RENKLİ KARELER

İstanbul'un ilk illüzyon müzesi sonunda açıldı. İstiklal Caddesi'nin simge mekanlarından biri olan Narmanlı Han'da açılan müzenin açılış gecesine sanat dünyasından birçok isim akın etti. İşte gecenin renkli görüntüleri.

SAKİSTAN İMANİDİS, ACUN ILICALI

MİCHELE KAFER

BENSU SORAL-HAKAN BAŞ

SELİM HAMAMCIOĞLU

ZEYNEP ÖZYILMAZEL
MURAT SAYGI

ÖZLEM ERÇAĞLAR

NESLİHAN YELDAN

GÖKHAN KİMSESİZCAN

NAZ KAMAŞAK DOĞUM GÜNÜNÜ KUTLADI.

Cemiyet hayatının ünlü isimlerinden Gülnur-Osman Kamaşak çiftinin güzel kızları Naz Kamaşak'ın doğum günü, 1890 Suites Otel Kumkapı'da ailesi, yakın arkadaşları ve aile dostları arasında kutlandı. 1890 Suites Kumkapı Karolin-Noyrayr İşler tarafından tarihi doku bozulmadan renovasyon yapılmış, 25 odalı konfor ve lüks sunan muhteşem butik bir tarihi otel. Kamaşak ailesini ve dostlarını deniz mahsullerinden oluşan bir menü ile ağırladı. Konuklar arasında olan İsmail Özkan, Naz Kamaşak'a sürpriz yapıp şarkıları ile gelen konuklara unutulmaz bir gece yaşattı. People Mag ailesi olarak biz de Naz hanımın yeni yaşını kutluyoruz.

KAROLİN-NORAYR İŞLER

NAZ KAMAŞAK

ESRA-İSMAİL ÖZKAN

ESİN YAĞMURDERELİ

DERYA-CENK ÇELEBİ

FUAT SÜZEN-NAZ-OSMAN-GÜLNÜR KAMAŞAK-AYŞİMA KAMAŞAK SÜZEN

NAZKAMAŞAK
MONİK İPEKEL

İNCİ KOPARAN

FUAT-ALYA-AYŞİMA SÜZEN

GÜLNUR-NAZ KAMAŞAK-AYŞİMA SÜZEN-EBRU KAİN-İNCİ KOPARAN-KAROLİN İŞLER
EVRİM BAŞARAN-ZEYNEP TOKER-ESRA ŞEKER

İSMAİL ÖZKAN-NAZ KAMAŞAK

EVRİM-ÖMER FARUK BAŞARAN

TAYFUN-ZEYNEP TOKER

FAHREDDİN-ESRAŞEKER

VOLKAN-EGE-BÜYÜKHANLI, MERT-İBRAHİM-İREM KUTLUAY

KENAN DOĞULU MİSAFİRLERİNE EĞLENCE DOLU BİR AKŞAM YAŞATTI!

Caresse Bodrum, büyüleyici manzarası ile nefesleri keserken, Kenan Doğulu'nun deniz üzerine kurulan özel platformda seslendirdiği hitleri, muhteşem orkestrası, güçlü yorumu ve dans şovları misafirlerden tam not aldı. Konsere "Yazmışsa Bozmak Olmaz" şarkısıyla başlayan sanatçı, "Vay Be", "Kandırdım", "Tencere Kapak" ve "Çakkıdı" gibi müzik hayatının en sevilen hitlerini seslendirdi. Kapanışı "Tükendim Ben" şarkısıyla yapan sanatçı yoğun ilgi üzerine iki kez bis yaptı. Geceye moda, iş, sanat ve cemiyet dünyasından ünlü isimler katıldı. Kenan Doğulu'nun unutulmaz şarkıları, sahne performansı ve başarılı orkestrası ile renklenen gecede, dünya çapında bir referans olarak kabul edilen efsanevi Buddha-Bar, global şeflerinin dokunuşları ile hazırlanan Buddha-Bar imza lezzetleri, kokteylleri ve konser öncesinde özel olarak organize edilen Asian BBQ partisi ile eşsiz bir akşam yaşattı.

VOLKAN-SANEM BÜYÜKHANLI

EDVİNA SPONZA

TUBA-NURİ DEVELİ

AHU-SÜLEYMAN ORAKÇIOĞLU

ARZU-NUMAN CEYHAN

ZEYNEP MUTLU

ŞİRİN YALÇIN

ZEYNEP YILMAZ
YASEMİN ILICALI

GAMZE KEÇELİ

TALAT-İPEK ABDİK

AYLİN YILMAZ

DİDEM-İZZET ANTEBİ

BURCU ERÇİL

ERMATLINE

"Lüks otomobilde kurumsal kimlik"

www.ermatline.com.tr / ermatline / ermatline / ermatline

doranistreklam.com

GUNEL-RASHAD MAMMADOVA

FATİH ÜREK

SONGÜL-TUNCAY AŞCI

OMEGA'NIN ALTIN ANLARI BODRUM'DA

Ay'da kullanılan ilk saat olma özelliğini taşıyan OMEGA, insanoğlunun Ay'a ilk ayak basışının 50. Yıldönümünü Bodrum'da gerçekleştirilen çok özel bir davetle kutladı. Mert Ünlü, Anıl Köprülü ve Cem Kirazcı ev sahipliğinde gerçekleşen davete bir çok ünlü isim katıldı. Konuklar, sınırlı sayıda -sadece 1014 parça- üretilen Speedmaster Apollo 11 50th Anniversary Moonshine™ Gold Limited Edition saati ve Ay'a inişin 50. yıldönümünün unutulmaz anılarını yakından incelerken, gecenin geç saatlerine kadar süren canlı müzik ile eğlendiler. OMEGA Master Chronometer Calibre 3861. Manuel OMEGA Co-Axial eşapmanlı mekanizmada Moonshine™ altın kaplamalı ana plaka ve köprülerin yanı sıra bordo renkli göstergeler yer alıyor.

MERT ÜNLÜ-ANIL KÖPRÜLÜ

FEDE AUBER-BURCU HAZİNERDAROĞLU

ARZU KUNT

VEDAT ALATON-SEDA SÖĞÜTLÜ

ÇAĞLA-EFE BEZCİ

BERİL AKÇAY

MELİSA ŞENOLSUN

ÜNLÜ İSİMLER ELİDOR BY MELİSA ŞENOLSUN PARTİSİNDE BULUŞTU

Elidor'un başarılı oyuncu Melisa Şenolsun ile geliştirdiği saç bakım serisi "Elidor by Melisa Şenolsun", Çeşme'de Madeo Beach'de gerçekleştirilen özel bir parti ile tanıtıldı. Nova Norda'nın sahne aldığı ve Rubslient'in DJ performansıyla devam eden partiye, Dilan Çiçek Deniz, Hande Soral, Özge Ulusoy, Ceylan Çapa, Gonca Vuslateri, Ebru Akel, Tara De Vries, Almila Ada, Tuğçe Melis Demir ve Ayşe Tolga gibi ünlü isimler katıldı. Festival havasında geçen renkli partide Melisa Şenolsun tarzıyla da kendinden söz ettirdi. Partinin açılış konuşmasını yapan Melisa Şenolsun, "Elidor saç bakımı konusunda dünyanın önde gelen markalarından biri. Elidor'un uzmanlığını benim dünyamla buluşturan böyle bir projede yer almak gurur verici. Ayrıca farklı bir alanda yaratıcılığımı kullanma fırsatı çok keyifliydi." dedi.

EBRU AKEL

DİLAN ÇİÇEK DENİZ

HANDE SORAL

ÖZGE ULUSOY

TARA DE VRİES

AYŞE TOLGA

GONCA VUSLATERİ

MICHAEL KORS

COLLECTION

RESORT 2020

MICHAEL KORS

COLLECTION

RESORT 2020

PUNK AVENUE...UPTOWN POLISH, DOWNTOWN EDGE...TAILORED SUITS, ROMANTIC RUFFLES... TWISTED CLASSICS...NEW TAKES ON THE TRENCH, THE PEACOAT, THE ARAN KNIT AND THE RUGBY...BOLD SHOULDERS, NIPPED WAISTS...BLACK AND WHITE...SPLASHES OF CRIMSON AND CADET...MAD FOR PLAID...TATTERSALL, TARTAN, DOGTOOTH AND GLEN PLAID...GRAPHIC DOTS, STRIPES AND CHECKERBOARD...CRISP FLORALS...ARGYLE AND LEOPARD...THE GLEAM OF STUDS, SEQUINS AND GROMMETS...THE CHAIN ENVELOPE...THE NOUVELLE BOWLING BAG... THE STRUCTURED TOP HANDLE SATCHEL...COMBAT BOOTS AND SLEEK PUMPS...GLAM CREEPERS AND POLISHED OXFORDS...POWERFUL FEMININITY... RESORT 2020

MICHAEL KORS

COLLECTION

MICHAEL KORS

COLLECTION

MICHAEL KORS

COLLECTION

MICHAEL KORS

COLLECTION

MICHAEL KORS

COLLECTION

BEYAZ BUTİK

HACER ÖZİL

Bu sayı kapak konuğumuz "Beyaz Butik" markasının sahibi sevgili arkadaşım Hacer Özil oldu. Hacer'le Nişantaşı'nda ki evinde çok keyifli bir röportaj yaptık. Benay Şahin'in objektifine harika pozlar verdi. Öncelikle bizleri evinde ağırladığı için ekibim adına teşekkür ederim. Hacer'le yaklaşık 5 yıl önce tanışmıştık. Reina'da düzenlediğimiz kermes organizasyonumuza katılmıştı. O gün başlayan arkadaşlığımız keyifli bir dostluğa dönüştü ve Hacer gerçekten çok yol kat etti. Gerçekten çok emek verdi. Şimdide o emeğinin karşılığını alıyor diye düşünüyorum. Gerçekten çok çalışkan bir iş kadını. Sesine de bayılıyorum. Hemen bir single deyip deyip duruyorum. Ayrıca aşırı pozitif ve hayat dolu, hele o kahkahası var ya şahane, güler yüzlü insanlara bayılıyorum. Hayat her daim gülüşün kadar güzelliklerle gelsin sana, iyi ki varsın...

İnci Koparan

Daha önce yapılan röportajlarını incelediğimde yorumcu, yapımcı, televizyoncu, siyasetçi ve şimdi de modacı, her şeyde biraz izin var, tebrik ederim. O yüzden nereden başlasam bilemedim, sen kendinden bahsetsene biraz?

Siyasetçi ve modacı kavramlarının beni çok doğru tanımladığını düşünmüyorum ama diğerlerinin doğru olduğunu söyleyebilirim. Kısaca kendimden bahsedersem lise ve üniversite yıllarında müzik eğitimi aldım. 14 yaşından beri ekonomik özgürlüğünü kazanmış bir bireyim. Bunu yeteneklerime borçluyum. Kuzenimin mağazasında tezgahta başlayan bir ticaret hayatım oldu. Şimdilerde bunun ne kadar önemli olduğunu anlıyorum. Ticareti seviyorum, biri iki yapmak çok keyifli, aynı zamanda risklerinin kattığı heyecan da hayatın ritmi… Modacı değilim, iş kadınıyım. Tekstil alanında işini iyi yapan güzel bir ekip oluşturdum ve bunu yönetiyorum. Zaten Türkiye'de de tasarımcı, modacı diye tanımlayacağım sayılı insan var. Herkes dünya moda markalarının Moda Haftası'nda yaptığı defilelerden esinlenerek üretim yapıyor. İlham veren dünya markalarıdır. Siyasetçi de değilim, sadece bir dönem başarılı projeler yapmamdan dolayı kısa bir deneyimim oldu. Ama ben siyaset için uygun bir insan değilim. Eğer mesele vatanıma milletime hizmet etmekse bunu üreterek, istihdam yaratarak, ihracat yaparak ülke kredibilitemizi yükseltmek için çalışarak yapıyorum. Bence en iyi siyaset ülkemize katkıda bulunmaktır.

Silifke/Mersin doğumlusun ama üniversiteyi Gaziantep'de okuduğun için orada kalmışsın, insanlar İstanbul'a gelir, bir de konservatuar mezunusun. Sen neden o dönemde gelmedin İstanbul'a?

Ben biraz teslimiyetçi ve kadere inanan bir insan olarak olan her şeyi 'Hoş geldin sefa getirdin' diye karşılarım. Gaziantep benim için büyük bir okuldu. Bilkent Üniversitesi'ni kazanmama rağmen o dönem babamın işlerinin ters gitmesinden dolayı aileme özel okul masraflarını yüklemek istemediğim için kayıt yaptıramadım. O dönemde Gaziantep Türk Müziği Devlet Konservatuarı'nı iyi dereceyle kazanmıştım. Annemin 'En azından bu yılı kaybetme, kaydını yaptır' demesiyle Gaziantep serüvenim başladı. İlk yıl kurduğumuz pop orkestrasıyla özel

Her zaman kendime dair korumacı ve hisleriyle hareket eden bir insan olmuşumdur. O dönemde bu tür yarışmalar kendini gösterebilmek adına bir fırsat ve basamaktı.

gecelerin aranan ismi haline gelmiştim ve çok güzel dostlar edinince Gaziantep'te hayatıma devam ettim. İstanbul'a gelme cesaretim ilk 2 yıl yoktu. Ancak sonra her konservatuar öğrencisinin hayali gibi müzik albümü yapmak için yola çıkacaktım.

Şimdilerde Gaziantep'e sık sık gidiyor musun?

Gaziantep benim gençliğim, iş hayatını öğrendiğim okulum, her zaman için sığınacak limanımdır. İşlerimden dolayı bu yıl sıkça gidemesem de vakit buldukça gidiyorum.

Seni hepimiz BBG Hacer diye biliyoruz? O yarışmaya katılmak nasıl oldu? Amaç neydi?

Dediğim gibi; her konservatuar öğrencisinin hayali bir müzik albümü yapmaktır. Bense o dönemde müzik şirketlerinin kapısını çalmak, Unkapanı hikayeleri içerisinde yer almak istememiştim. Her zaman kendime dair korumacı ve hisleriyle hareket eden bir insan olmuşumdur. O dönemde bu tür yarışmalar kendini gösterebilmek adına bir fırsat ve basamaktı. Nitekim benim için de öyle oldu. Hatta sandığımdan çok daha fazlası oldu. Ben sadece şarkılarımı duyurmak isterken izleyiciler beni Acun Ilıcalı'nın (O dönem program sunucumuz) deyimiyle doğal, samimi, içten ve dobra olmamdan dolayı 100 gün boyunca oylamalarıyla evde tuttular. Öne çıkan, yeteneğimden öte karakterim olmuştu.

Gerçekten aşırı zor bir durum birinin senin yaptığın şeyi 24 saat izleyebilmesi durumu kulağa çok zor geliyor. Üzerinden çok zaman geçti tabii ama konu açılmışken, merak ediyorum soracağım, nasıldı içerde durumlar?

Sürekli kameralarla izlenildiğini düşündüğünüz bir hayatta bazı dikkat ettiğiniz şeyler oluyor. Örneğin ; dedikodu yapmamak, mutfaktan başkasının yemeğini almamak, yalan söylememek, küfür etmemek gibi. Toplumsal ahlak kurallarına sırf kamera var diye 'doğru insan' olmaya çalışarak dikkat ediyorsun. Genel olarak düşündüğümüzde de Allah'ın bizi gözetlediğini unutmadan hareket etsek sanırım bu kadar büyük kaoslar yaşamayız. Bu hayattaki her şey kayıt altına alınıyor ve bir karşılığını buluyor. İyi ya da kötü… Her şey sizin seçiminizle ilgili. İçeride çıkan kavgaların tek sebebi taksiye gittiğimiz günlerde üçüncü şahısların, yarışmacıları dolduruşa getiriyor olmasıydı. Taksiden dönen herkes bir hışımla içeriye girer 'Sen bana bunu demişsin…' diye cümleye başlardı. Şimdi de genel hayatımıza baktığımızda tüm kavgalar ve ayrılıklar üçüncü şahıslar yüzünden olmuyor mu ? Bu yarışma benim için çok büyük bir tecrübeydi. Cesaretimin, gücümün, varlığımın bir kez daha farkına varmamı sağladı.

Harika bir tespit yapmışsın bende aynı şekilde düşünüyorum. İnsanlarla bir fotoğraf koyuyorum. Hoppp diğeri telefon açıp yalan-yanlış bir şeyler söylüyor ve ne acıdır ki dinleyen kişi seni dinlemeye bile gerek duymadan ona inanıyor. Bir telefon açıp teyit etme ihtiyacı bile duymuyor. Yani günahımızı alıyor. Ya bir aç, sor arkadaş; Doğru mu? Değil mi? Diğer taraftan geçmiş yaşamımızla ilgili bazı şeyler oluyor, aynı durum orda da bizimle, ya gir bir instagrama, google'a bir araştır. Artık yalan söyleyecek ortamda yaşamıyoruz ki. İnternet denen bir gerçek var. O halde bende şu şekilde düşünüyorum. Demek ki karşı tarafın da duymak istediği ve işine gelen durum bu şekilde ve inanmak istediğine inanıyor, diyor, yoluma bakıyorum. Laf anlamayan cahile, laf anlatmaya çalışmayı çok uzun zaman önce bıraktım. Çok daha önemli işlerim var, zaman günümüzde gerçekten bizim için en değerli şey, benimle olmak isteyen kalır, gerisine zaten benim de ayıracak vaktim yok...Ben senin aracılığınla aşırı önem taşıyan bir noktaya değinmiş oldum, çok teşekkür ederim, diyor hemen soruyorum. BBG yine olsa yine katılır mıydın?

Rica ederim, aynen yemekte de konuştuğumuz gibi... BBG'ye gelince yaptığım ve yaşadığım hiçbir şeyden pişmanlık duymadım.

Ticareti seviyorum, biri iki yapmak çok keyifli, aynı zamanda risklerinin kattığı heyecan da hayatın ritmi... Modacı değilim, iş kadınıyım. Tekstil alanında işini iyi yapan güzel bir ekip oluşturdum ve bunu yönetiyorum.

Müzik, kalpten kalbe geçen bir yoldur. Benim müzik yapmaktaki amacım bundan sonraki dönemde sadece duygularımı paylaşmak için olabilir. Müziği ticari olarak düşünürsen kalıcılığını devam ettiremezsin.

Zamanın ruhuna göre o dönemde katılmam gerekiyordu. Şimdi olsa yine katılırdım.

Aaa valla benim bile katılasım geldi şu an, ne enteresan olurdu gerçekten, bence yine yapsınlar zamanı gelmiş demek ki bak üzerinde konuşuyoruz. Buradan yapımcılara seslenelim. Yarışma sonrasına gidelim, o zaman neler oldu?

Yarışma sonrası bir süre kimseyle görüşmek istemedim. Çok fazla ilgi vardı. 2 ay korumalarla gezdim. Sonra dedim 'Bu şöhret denen şey ne kadar zormuş! Özgürlüğüm hiçbir şeyden değerli değilmiş.' Onca yıl emek veren, tanınamayan oyuncuların, şarkıcıların yanında, birden bire Türkiye'nin en tanınan isimlerinden olmuştum. Haklı olarak bazılarının bu duruma sitemi vardı. Şimdilerde bunu daha iyi anlayabiliyorum. Sonrasında Star TV'de 'Şarkını Söyle' adında bir program sundum ve sonrasında 'Erkekler' adında bir müzik albümü yaptım. Daha sonra da şöhret olmanın yüzünü ticarette kullandım.

Helal olsun diyorum. İş hayatına başlaman nasıl oldu? Kaç yaşında başladın?

Erkekler albümünü o dönem Uzan Holding'e ait Erol Köse prodüksiyonunda yaptım. O dönemde Türkiye turnesi yapmıştık. Ancak daha sonra Uzan ailesinin Türkiye'den uzaklaşmasıyla şirket askıda kalmıştı. Bizler ne yapacağımızı bilemeyince beklemeye geçtik. Ben o süre zarfında tekrar Gaziantep'e dönüp yarım kalan

okulumu tamamlayıp bir organizasyon şirketi kurdum. 11 yıl boyunca da bu işi orada sürdürdüm. Daha sonra TMC şirketinden bir proje albümü yaptım. Ardından da 3 şarkılık bir max. single çıkardım. O da 15 Temmuz'a denk geldi. Ama hala umudum var :) . Beatles 6. albümünde sesini duyurabilmiştir. Ben de İlhan Şeşen'i idolleştirdim ve 'Hiçbir şey için geç değil.' kavramıyla yeni sürprizler yapabilirim.

Kesinlikle hemen yapmalısın. Farkındaysan seni her gördüğümde aynı şeyi soruyorum. Hadi hayırlısı. Müziğe tekrar geri dönmek istiyor musun? Mesela bir single patlatsan? Bak bu işi bilmeyenler bile youtube dan yapıyor, sen neden yapmıyorsun?

Müzik, kalpten kalbe geçen bir yoldur. Benim müzik yapmaktaki amacım bundan sonraki dönemde sadece duygularımı paylaşmak için olabilir. Müziği ticari olarak düşünürsen kalıcılığını devam ettiremezsin. 30 yıl önce yapılmış bir 'Hakim Bey' şarkısı Mehmet Erdem ile yeniden can buldu. Kaliteli ve doğru yapıtlar tıpkı bir çeyiz sandığı gibidir. Zamanı gelince gün yüzüne çıkar. O yüzden bir YouTube kanalından müzik yapmanın, gerçek dinleyiciye ulaşılan, dinlenme rakamlarının yapay olmadığı güvenli bir platform olduğunu düşünü-

yorum. Çünkü eskiden parayla dönen klipler, listeler vardı. Şimdi birinciyi halk belirliyor.

Yeni nesil youtuberları nasıl buluyorsun?

Genel olarak izlenen Youtuber'lar oyun ve makyaj videoları ile öne çıkıyor. Buradan şunu anlıyoruz ki iki çeşit nesil var. Biri güzel olmak istiyor. Diğeri ise sanal dünyada varlığını devam ettiriyor. Müzik için önemli bir platform. Günümüzde kedi gibi miyavlayan kız sesleri makbul. Cool olmak diye kullanılan bir deyim var. Dinleyici onu dinleyerek o kervana kendini katıyor. İnteraktif bir alan oluştu. Dinleyici hayran olduğu kişiye yorum yaparak ulaşabiliyor. Bence gayet keyifli bir platform.

Şimdide tekstil ve moda dünyasına girdin. Bu nasıl oldu? Direk Beyaz Butik markasını mı satın aldın? Moda geçmişin nerden?

Çocukluktan tezgahta başlayan bir tekstil deneyimim oldu. Daha sonra ses yarışmasında kazandığım parayla gecelik alıp annemin arkadaşlarına satmak, ardından organizasyon şirketi yönetmek ve 3 yıl Vakko bayiliği yaparak iş hayatının içerisinde yer almak bana büyük tecrübeler kazandırdı. Bir dönem iş yapmadığım 4 ay oldu. Bu süre içerisinde Beyaz Butik'in eski sahiplerinin markayı satacakları bilgisiyle görüşmelere başladım. 1 yıl önce de markayı satın aldım. Modaya olan ilgim aslında daha çok styling ile ilgili. Doğru, güzel ve kaliteli ürünleri seçip kombinlemeyi seviyorum. Seçkilerime güveniyorum. Hemen hemen tüm modacıların belgesellerini izler ve okurum. Mesela Chanel'in belgeselinde şunu söyler : Bizi Chanel yapan her şeyi elde işliyor olmamızdır. Sanırım bizde Chanel'in yolundayız. Her şeyi elde hazırlayan bir atölyemiz var.

Müşterilerinden ünlü olanlar var mı? Kimlerden oluşuyor?

Müşteri kitlemizi A ve B olarak gruplandırdığımız kaliteli, iyi hizmet almayı tercih eden beyaz yakalı ve iş sahibi kişiler olarak tanımlayabiliriz.

Gelinlik dışında gece elbisesi içinde çok gelen müşterin var sanırım?

Gece elbiselerinde de gerek özel dikim gerekse ithal ürünlerimizden oluşan bir kitlemiz var. Bunların çoğu da Birleşik Arap Emirlikleri'nden gelen müşterilerimizden oluşuyor.

"Beyaz Butik" markasının kısa ve uzun vadede hedefleri ve bulunmak istediği konum nedir?

Beyaz Butik, 20 yılı aşkın tecrübesiyle halihazırda marka bilinirliği yüksek, Türkiye'nin ithal gelinlik satan ve

Hemen hemen tüm modacıların belgesellerini izler ve okurum. Mesela Chanel'in belgeselinde şunu söyler : Bizi Chanel yapan her şeyi elde işliyor olmamızdır. Sanırım biz de Chanel'in yolundayız. Her şeyi elde hazırlayan bir atölyemiz var.

bu nedenle kaliteli ürünleriyle tüketicilerin zihninde elegan, sofistike, elit tarzıyla farklı bir algı yaratmış bir markaydı. Biz markayı devraldığımızdan bu yana geçmişten bugüne korunan mevcut durumun yanı sıra üretime de başladık. Kurduğumuz atölyelerle kendi tasarımlarımızı üreterek koleksiyonlarımızı Milano ve İstanbul 'da yaptığımız defilelerle moda severlerin beğenisine sunduk. Ünlü tasarımcılarla yaptığımız işbirlikleriyle farklı tarzlara hitap eder hale geldik. Kısa vadede hedefimiz markamızı Kuveyt ve Londra'da açacağımız mağazalarımızla yurtdışına taşımak. Önümüzdeki yıl Milano ve Barselona fuarlarında markamızı ve ülkemizi temsil etmeye hazırlanıyoruz.

Örnek aldığın ya da beğendiğin yabancı ve ya Türk modacı var mı?

Dünya moda tasarımcıları arasında Alexander McQueen, Coco Chanel, Mario Prada (Kadınların iş hayatında yeri olmadığına dair kabul görmez bir inancı vardı. Bu yüzden de Prada'yı Prada yapan bir kadın olmasından ötürü beğendiğim bir kadındır) Christian Dior, Miu Miu. Son yıllarda Ortadoğulu tasarımcıların dünyaya

CHANEL
Dior

Aşk, kalbe düşen ilahi bir armağandır. İnsanın yaşama sebebi için var olması gereken bir duygudur. Aşk, yaşanırken biriktirdiği mutluluk kadar acısı da cabasıdır.

hükmeden gücünü görmemezlikten gelemeyiz. Özellikle Elie Saab, Zuhair Murad beğendiğim tasarımcılar arasındadır. Türk tasarımcılar arasında da Özgür Masur, Hakan Yıldırım, bu yıl bizim için koleksiyon hazırlayan Zeynep Erdoğan ve Banu Bora Mumcu'nun yanı sıra, dünyada adımızı duyuran Ayşe ve Ece Ege kardeşler beğendiğim tasarımcılar arasındadır.

Eşinden ne kadar evli kaldınız? Ayrılara neler sebep oldu?

12 yıl süren bir evliliğim oldu. Onunla yaşadığım her anı ve her günü birbirinden kıymetliydi. Benim için hayatım boyunca dost ve güvenebileceğim bir insan olarak kalacaktır. Bazen özgür iradenize söz geçiremediğiniz yani kader dediğimiz anı yaşarsınız. Aramıza giren uzak mesafeler, kendimize olan dürüstlüğümüz sebebiyle ortak aldığımız bir karardı.

Sence aşk ne demek?

Aşk, kalbe düşen ilahi bir armağandır. İnsanın yaşama sebebi için var olması gereken bir duygudur. Aşk, yaşanırken biriktirdiği mutluluk kadar acısı da cabasıdır. Aşkın tek ilacı gözyaşıdır. O ateşi ancak gözyaşı ve zaman durdurur. Buna da bir anlamda sabır diyoruz. Aşk diğer bir tabirle de işe, çocuğa, hayallere konulan addır.

Bir günün nasıl geçiyor?

Benim için zaman her şeyden daha değerli. Bunun için evimi bile iş yerime ve atölyeme yakın bir yerde seçtim ki kendime de vakit ayırabileyim. Sabah uyanır, mutlaka kahvaltımı yaparım. Dualarıma ederim. Kuaförüme giderim. Her zaman bakımlı ve şık görünmeye özen gösteririm. Atölyeye uğrar toplantılarımı yaparım. Daha sonra mağazada müşterilerle birebir diyaloglar kurarım. Gün içerisinde katılacağım bir davet varsa ona hazırlanırım. Ama her zaman önceliğim iştir. Bazen yurtdışı planları yaparım. Geçmişte seyahat yazarlığı yaptığımdan dolayı kendimi yenilemek adına da seyahat etmeye özen gösteririm.

Son olarak spor yapmaya vakit buluyor musun?

Spor yapmaya fazla vakit bulamayan tembel bir insanım.

Hatice Özil

En'leri

En sevdiğin çanta markası?
Dünya markaları arasında Prada ve Miu Miu sevdiğim markaların başında gelir. Ama Zara'dan da beğenerek aldığım çantalar vardır. Babamın bir sözü vardır, 'Çantan ayakkabın deri olsun gerisi ne olursa olsun.'

En sevdiğin yabancı tasarımcı?
Prada, Dior

En sevdiğin saat markası?
Rolex ve Chopard.

En sevdiğin takı tasarımcısı?
Tiffany Co, Sevan Bıçakçı.

En sevdiğin alışveriş arkadaşın?
Yalnız alışveriş yapmayı daha çok severim.

En sevdiğin kurtarıcı kombin?
Tek parça elbiseler.

En sevdiğin dolabında olmazsa olmaz parçalar?
Beyaz ve siyah basic t-shirt, jean, siyah ve beyaz elbise, takılarım.

En sevdiğin kitap?
Abdulkadir Geylani Hazretleri'nin İlah'i Armağan kitabı.

En sevdiğin müzik?
Sabah klasik müzik tercih ederken bazen sanat müziği de dinlerim. Ama genel olarak yabancı, caz tercihimdir. Norah Jones, Alice Keys, Adele'i severim. Türkçe müzikte de 90'lar pop severim.

En sevdiğin film?
İhtiras Rüzgarları.

En sevdiğin yemek?
Yemek ayırt etmem.

En sevdiğim tatil mekanı?
Bodrum ve Çeşme.

En sevdiğin ülke?
İspanya.

En sevdiğin araba markası?
Maserati.

En sevdiğin restoran?
Sunset.

Newborn Photography

BEDİŞ KIZIN Bebişleri

BKB

by Benay Şahin

Production

Baby Photography

+90 533 498 18 38

benaysahin@bediskizinbebisleri.com

www.bediskizinbebisleri.com

bkb@bediskizinbebisleri.com

facebook.com/bediskiz

instagram.com/bediskiz

Family Photography

ELİF YENİDÜNYA

Sizi Tamoniki.com girişiminin kurucusu ve CEO'su olarak tanıyoruz. Ancak girişiminizin detaylarına geçmeden önce sizi kısaca tanıyabilir miyiz?

Elbette. Bilkent Üniversitesi Endüstri Mühendisliği bölümünden mezun oldum. Profesyonel kariyerime Akbank'ta Dijital Satış ve Pazarlama Departmanı'nda başladım. Finansal ürünlerin dijital kanallar üzerinden kullanıcılarla buluşturulması için çalışmalar gerçekleştirdim. Garanti Bankası bünyesinde Dijital Kanallar Süpervizörü olarak çalışırken, 300'den fazla dijital projeyi yönetme, online ve mobil bankacılık uygulamalarını geliştirme ve iyileştirme süreçlerinde aktif olarak rol alma fırsatını yakaladım.

Ardından Fransa, Singapur ve Abu Dhabi'de kampüsleri bulunan dünyanın en önemli eğitim kurumlarından biri olan INSEAD'in MBA programını tamamladım ve buradaki deneyimlerimi Alman strateji ve pazarlama danışmanlığı şirketi Simon-Kucher & Partners'da strateji danışmanı olarak devam ettirdim. Türkiye'nin önde gelen yerli ve yabancı firmaları için pazarlama ve fiyatlandırma konularında projeler geliştirdim. 2018'de ise Tamoniki.com'daki görevime başladım.

Tamoniki.com'u ve buradaki görevinizi anlatır mısınız?

Tamoniki.com, 25 yıldır 8 ülkede dijitalleşme alanında ilklere imza atan İngiliz Admiral Group bünyesinde yer alıyor. Firma, sigortacılık sektörünün dijitalleşme sürecine katkıda bulunmak amacıyla 2017 yılının sonunda kuruldu. 2018 başında grup bünyesinde çalışmaya başladım ve kurulum faaliyetlerini yönettim. Yaklaşık 1 yıllık hazırlık aşamasından sonra 2019 Ocak ayında

web sitemizin kapılarını kullanıcılarımıza açtık. Her biri alanında uzman, sekiz kişilik bir ekibimiz var. Ben Tamoniki.com'da, şirket faaliyetlerinin genel yönetimi ile beraber sigortacılık sektörünün dijitalleşme süreci entegrasyonları ve şirketin ürün gamının geliştirilmesi gibi faaliyetleri yönetiyorum.

Peki Tamoniki.com fikri nasıl ortaya çıktı?

Başlangıçtan itibaren sigorta şirketleriyle, aracına sigorta yaptırmak isteyenleri bir araya getirme amacıyla yola çıktık. Tamoniki.com fikri, sigorta kullanıcılarının çoğu kez sigprta ürün detaylarına hakim olmadıkları, kendilerine uygun ürünü seçemediklerini ve bu nedenle aslında ihtiyaç duymadıkları kapsamlar için fazladan para ödediklerini fark etmemizle ortaya çıktı. Kullanıcılar ihtiyaç duydukları sigorta kapsamına sahip olamadıkları için aldıkları hizmetten memnun kalmıyorlardı. Bu içgörüden hareketle sigorta satın almak isteyenlerin, sigorta okuryazarlığını arttırarak, ürün detaylarını daha iyi anlayabilecekleri ve kendilerine en uygun, en doğru ürüne kendileri karar verebilecekleri bir platformun çalışmalarına başladık. Karşılaştırma sonrasında kullanıcıların kendileri için en doğru firma ve en doğru poliçeyle bir araya gelmelerini ve satın alma işlemlerini doğrudan sigorta firmasında yapmalarını sağlamak istedik.

Tamoniki.com rakiplerinden nasıl ayrılıyor?

Tamoniki.com iş modeli ile pazardaki diğer karşılaştırma firmalarından ayrışıyor. Kullanıcılarımızın hiçbir yerde bulamayacakları detayda teminat içeriklerine ulaşmasını ve büyük bir şeffaflıkla karşılaştırma yapabilmesini sağlıyoruz. Tamoniki.com olarak kullanıcılarımızın kendileri için en uygun poliçeyi bulmalarını sağlayarak, satın almayı doğrudan sigorta şirketinden ve kendi tercih ettikleri kanal üzerinden yapmalarını sağlıyoruz. Yani bir kullanıcımız sigorta şirketinin çağrı merkezi üzerinden karşılıklı konuşarak satın alma yapmak isterse, diğer bir kullanıcımız kimse ile muhatap olmadan satın almasını internet üzerinden tamamlamak isterse, bu seçim özgürlüğünü onlar için sağlıyoruz.

İş modelimizin yanı sıra kullanıcılarımıza sunduğumuz teknolojik platformla da araç sahiplerinin hayatlarını kolaylaştırıyoruz. Son olarak karekod ile teklif alma uygulamasını hayata geçirerek araç sahiplerinin, ruhsatlarının iç kısmında bunulan karekodu mobil cihaz ya da bilgisayarlarından okutarak, kolayca teklif alabilmelerini sağladık. Karekod teknolojimiz ile manuel olarak 2 dakikada gerçekleştirdiğimiz teklif verme sürecini 1 dakika gibi çok kısa bir zamana indirmeyi başardık.

Başarılı bir iş insanı olarak kariyerinizde hedeflediğiniz en üst nokta nedir?

Bir iş insanı olarak kariyer yolculuğuma baktığımda bugüne kadar hayal ettiğim hedeflere teker teker ulaşmış olduğumu görmek beni memnun ediyor. Kariyer anlamında şu anda bulunduğum yerden ve Tamoniki kurucu ekibinin bir parçası olmaktan çok mutluyum. Tamoniki.com'un Türkiye'ye getirmiş olduğu yeni iş modeli, sigortacılıkta dijitalleşme yönünde sağladığı katkılar beni son derece heyecanlandırıyor. Bir yandan müthiş keyif aldığım bir işi yönetirken diğer yandan da Türkiye sigortacılık pazarı adına önemli bir değişimin tam merkezinde yer alıyorum.

Bundan sonraki ana kariyer hedeflerimin arasında Tamoniki'yi pazarda en çok bilinen ve kullanılan marka haline getirmek ve bunu yaparken sigorta firmalarının dijital dönüşümünü en doğru şekilde destekleyecek iş ortağı haline getirmek bulunuyor. Bunun yanında Tamoniki.com'un dijitalleşme vizyonuyla pazarın dönüşmesini görmek için de ayrıca sabırsızlanıyorum.

PRONTOTOUR'DAN TL AVANTAJLI KURBAN BAYRAMI TURLARI!

Turizm sektörünün lider tur operatörü Prontotour, Kurban Bayramı tatilini yurt içi ve yurt dışında geçirmek isteyenlere birbirinden güzel rotalar hazırladı. Prontotour'un Türk Lirası avantajlı paket turları, tatilcilerin keşif ruhunu teşvik edip, deneyim yaşatacak özelliklerle zenginleştirildi.

Seyahat trendleri belirleyen Prontotour, Kurban Bayramı tatili için hala karar veremeyenlere ve tatil fırsatını son güne bırakanlara bütçe dostu fiyatlarla muhteşem tatil paketleri öneriyor. İtalya'dan, İspanya'ya, Orta Avrupa'dan Balkanlar'a, Benelüks ülkelerinden Uzak Doğu'nun gizemli coğrafyalarına kadar pek çok seyahat rotasında unutulmaz bir bayram tatili üstelik TL avantajıyla tatil severleri bekliyor. Ayrıca yurt içi kültür turları kapsamında özel seçenekler de bayram tatili alternatifleri arasında yer alıyor.

Yurt dışının en gözde rotaları!

Prontotour'un yurt dışı rotasındaki İtalya, tarih, kültür ve sanatı harmanlayan şehirleri, muhteşem doğası ve eşsiz gurme lezzetleriyle Türk tatilcilerin ilk tercihleri arasında bulunuyor. Roma, Milano, Napoli, Bologna, Floransa ve Venedik gibi şehirlerde tarih ve sanatın ahengiyle büyülenmeye hazır olun. Dünden bugüne taşıdığı renkli kültürü, kendine özgü mimarisi, eşsiz tarihi ile İspanya, uzun bayram tatilinin en cazip coğrafyaları arasında. Madrid, Barselona, Valencia ve Bilbao hafızanızda silinmeyen izler bırakacak. İspan-

ya'nın hemen yanı başındaki Portekiz de kadim şehirleri Lizbon ve Porta ile sizi bekliyor. Saraybosna, Üsküp, Ohrid, Belgrad'ın yer aldığı Balkan Turları diğer bir seçenek. Tarih ve sanatın merkezi yine Orta Avrupa şehirleri olacak. Viyana, Prag ve Budapeşte'nin tarih kokan romantik sokaklarını keşfetmeye ne dersiniz? Avrupa mimarisinin eşsiz örneklerini bu seyahatte görebilme imkânı bulacaksınız. Avrupa'nın gözde tatil rotaları arasında Benelüks ülkeleri ve Fransa'yı sanatı, gurme lezzetleri ve renkli gece hayatları ile şehir şehir gezmeyi de seçenekler arasına eklemeyi unutmayın!

Yurt dışı turları 680 TL'den başlıyor

Hem güzel bir yaz tatili hem keyifli bir Kurban Bayramı tatili geçirmek isteyen seyahat severlere Türk Lirası ile satışa sundukları paket turlarını öneren Prontotour Kurumsal İletişim Müdürü Mehmet Güneli, "Tatilcilerin karşısına geniş seçenekle çıkıyoruz. Tarihi, kültürü, bizden izler taşıyan şehir ve ezgileriyle Balkan coğrafyasından yanı başımızdaki Vizesiz Yunan Adaları'na kadar farklı ilgi ve beklentilere göre pek çok tur mevcut. Kurban Bayramı'nda, Fas, İngiltere, Ukrayna, Tunus, Moskova, Endülüs, İskandinavya, Baltık coğrafyası, Uzak Doğu'nun adaları, egzotik rotaları ile deniz cenneti Tayland, gizemli Hindistan, uzak diyarların rüyası Miami, Orlando, romantik Bali, Seyşeller ve Mauritius ile her daim merak uyandıran Güney Afrika gibi coğrafyalardaki Kurban Bayramı dönemi yurt dışı tur paketlerimiz 680 TL'den başlıyor. 87'yi aşkın ülkeye düzenlediğimiz kültür turlarının yanı sıra, eşsiz gemi ve nehir turları, vizesiz coğrafyalar, deniz rotaları ve daha pek çok seçenek sunduğumuzu da hatırlatmakta yarar görüyorum" diyor.

Yurt içinde Kültür Turları

Prontotour, tatil severleri yurt içinde de Ege, Akdeniz ve Anadolu'nun muhteşem coğrafyaları ve kültür mirasıyla buluşturuyor. Asırlardır medeniyetlerin buluşma noktası olan Anadolu'nun kadim kültürlerini keşfetmek isteyenlere GAP turları ve eşsiz doğa özellikleri ile dikkat çeken Kapadokya'yı keşfe çağırıyor. Muhteşem doğası, kendine has sıcak insanları ve gurme lezzetleriyle Batı ve Doğu Karadeniz, mavinin en güzel tonları, lavanta tarlalarını keşfedeceğiniz Pamukkale ve Salda Turu sizi bekliyor. Prontotour'un Kurban Bayramı dönemi otobüslü veya uçaklı yurt içi turları 420 TL'den başlayan fiyatlarla seyahat severleri bekliyor.

Ayrıntılı Bilgi: www.prontotour.com

MY BESTIES

DOĞANIN GÜCÜYLE GÜLÜMSE SİGNAL'DEN NATURE ELEMENTS SERİSİ

Türkiye'nin güvenilir ağız bakım markası Signal, doğadan aldığı ilhamla, tüm ailenin ağız sağlığı için geliştirdiği yeni Signal Nature Elements serisini sunuyor. Doğanın gücüyle gülümseten yeni seri, ağız bakımı için tüm ihtiyaçları karşılayan 3 farklı içeriği ile anti çürük, diş eti bakımı, anti plak etkisi, diş minesi bakımı, doğal beyazlık, ferah nefes, anti tartar, ağız hijyeni olmak üzere 8 etkili koruma ile komple ağız bakımı sağlıyor.

EKSTRA GÜÇLÜ, NEMLİ VE CANLI SAÇLAR İÇİN; OGX ARGAN OİL OF MOROCCO

Yaz günlerinin etkisiyle birlikte özellikle boyalı ve işlem görmüş saçların güçsüz, nemsiz ve mat bir görünüme bürünmesi herkesin ortak sıkıntısı. Saçlara ekstra güç, nemlilik ve canlılık vermek istiyorsanız OGX'in Argan yağı içerikli Argan Oil of Morocco serisini denemelisiniz.

GÜNEŞİN KURUTTUĞU DUDAKLAR FRENCH KISS İLE CANLANIYOR

Yumuşak renklere sahip karşı konulmaz dudak balmı French Kiss, üzüm çekirdeklerinden elde edilen polifenollerin tüm antioksidan özelliklerini bünyesinde barındırarak bu yaz dudaklarınızı etki altına alıyor. Ombre etkisi ve hafif makyaj görüntüsüyle French Kiss üç özel renk seçeneğine sahiptir.

YAZ MAKYAJLARI PRETTY BY FLORMAR FAR PALETLERİ İLE RENKLENİYOR!

Kaliteden ödün vermeden hesaplı alışveriş yapmak isteyen makyaj tutkunlarının gözdesi "Pretty by Flormar"; uzun zamandır beklenen Pretty Eyeshadow Palette far paletleri ile sezonun en trend tonlarını 3 farklı renk seçeneği ile makyaj severlerin beğenisine sunuyor.

JOWAE'NİN DOĞAL MASKELERİ İLE EŞSİZ TATİL BAKIMI TAMAMLANIYOR!

Fransa'nın üstün dermokozmetik anlayışı ve Güney Kore'nin şifalı bitkilerinin eşsiz uyumu ile geliştirilen Jowaé maskeleri, cildinize eşsiz bir yaz bakım ritüeli sunuyor. Kore güzellik rutininin olmazsa olmazı olan yüz maskeleri ile değişimi ve ışıltılı bir görünümün tadını yaz mevsimi boyunca cildinizde doyasıya hissedeceksiniz!

Beste Paydaş Ertan
Güzellik Editörü
besteertan@gmail.com

ORGANİC SHOP SAÇ BAKIM SERİSİ GRATİS MAĞAZALARINDA

Gratis, yüzde 98 doğal içeriklerden oluşan ve Cosmos Natural sertifikalı ürünleri ile dikkat çeken saç bakım markası Organic Shop'un 3 farklı içerikten oluşan saç bakım serilerini satışa sundu. Organic Shop'un Argan & Amla, Hindistan Cevizi & Shea ve Avokado & Bal özleri içeren şampuan, saç kremi ve saç maskesinden oluşan saç bakım serileri Gratis mağazalarında saçlarını canlı ve parlak bir görünüme kavuşturmak isteyenleri bekliyor.

GÜNEŞİ DOYA DOYA YAŞAMAK İÇİN HELIOCARE ÜRÜNLERİYLE TANIŞIN!

Dünyaca tanınmış bir İspanyol markası olan Heliocare, yenilikçi güneş ürünleriyle kendi alanında devrim yaratıyor! Modern dermatolojinin atası olarak tanınan Dr. Thomas B. Fitzpatrick de dahil olmak üzere Harvard Tıp Fakültesi'nden bilim adamları tarafından geliştirilen Heliocare ürünlerinin temel içeriği, güneş korumasında benzersiz bir formüle sahip.

YAZ AYLARINDA SOLAİT ÜRÜNLERİYLE MAKSİMUM KORUMA

Güneşin zararlı ışınlarına karşı maksimum koruma sunan Solait, bu yaz da hassas cildinizin en yakın arkadaşı olacak. Sağlıklı ve doğal bir bronzluk tercih ediyorsanız bu yıl da Solait ürünlerini plaj çantanızdan çıkaramayacaksınız. Güzellik ve kişisel bakımın vazgeçilmez adresi Watsons'ın sevilen markası Solait, güneş koruyucuları ve güneş sonrası bakım ürünleri ile yaz aylarından beklediğiniz doğal ve bakımlı bronzluğu sunuyor.

ZOEVA'DAN İLHAM VEREN GÜZELLİK ARTIK SEPHORA.COM.TR'DE!

Geniş ürün yelpazesi, uygun fiyat ve yüksek ürün performansıyla kadınları buluşturan sevilen kozmetik markası ZOEVA, sadece sephora.com.tr'de güzellik tutkunlarını bekliyor!

ZOEVA SUMMER STROBE SPECTRUM – AYDINLATICI PALET

Güneş ışıltısından ve bitmek bilmeyen enerjisinden ilham alan Summer Strube Apectrum paleti makyajınız için tamamlayıcı bir parlaklık sunuyor.

L'ORÉAL PARİS'TEN MODA VE KOZMETİK DÜNYASINA ÇOK ÖZEL BİR İŞBİRLİĞİ!

Paris'in iki ikonik markası L'Oréal Paris ve KARL LAGERFELD, Eylül 2019'da ortak bir makyaj koleksiyonu lanse edeceğini duyurdu. Lansmanı Eylül ayındaki Paris Fashion Week sırasında olacak olan özel koleksiyon, tüm KARL'ın ikonik anısına hayran tüm moda dünyasında heyecan uyandırdı.

DENİZ AKKAYA VE KIZI AYŞE'NİN ANNE-KIZ MAYOLARI LOVEKİNİ'DEN

Romantik bikini, mayoları ve üç boyutlu çiçekleriyle Chiara Ferragni'den Samantha Faires'a tüm dünyada ünlü isimlerin tercihi haline gelen Türk markası Lovekini, yeni koleksiyonundaki anne-kız kombinleriyle bu sezon da ünlü anne-kızların favorisi oldu.

Deniz Akkaya ve kızı Ayşe'nin sosyal medyada çok beğenilen mayo ve bikinileri de Lovekini 2019 Koleksiyonundan. Plajlarda ve sosyal medyada büyük beğeni kazanan Lovekini tasarımlarına Bodrum Yalıkavak Marina ve Nişantaşı'nda bulunan mağazalarının yanında www.lovekini.shop adresinden de ulaşabilirsiniz.

ALTINBAŞ'TAN YENİ MARİN KOLEKSİYONU

Yenilikçi ve estetik tasarımlarıyla göz dolduran Altınbaş, yaz ayının simgelerinden denizden ilham alarak "Marin Koleksiyonu"nu hazırladı. Sahip olduğu koruyucu enerjiler ile bilinen, en eski çağlardan beri takı ve süs eşyalarında kullanılan "Lapis Lazuli" taşının yer aldığı koleksiyon, benzersiz tasarımlarıyla kadınların vazgeçilmezi olacak.

Yaz aylarının en önemli simgelerinden "deniz", herkes için mutluluk, huzur ve dinginliği temsil ediyor. Bu fikirden ilhamla hayat bulan Marin Koleksiyonu, küpe, kolye, halhal, bileklik, charm, şahmeran, yüzük ve bileziğin yer aldığı; 14 ayar altın, safir ve pırlantalı ürünlerin yer aldığı koleksiyon geniş bir seçki ile mücevher sevenlerin beğenisine sunuluyor.

LUNA BELLA GÖKTÜRK

Göktürksakinlerine geniş yelpazeli menüsünden kaliteli yemekler sunmak felsefesini açıldığı günden beri taşıyan Luna Bella Göktürk, yemeklerinin olağanüstü lezzeti yanısıra, kalitesinin sırrı ev yapımı ve taze malzemeler.

Güney mutfağının el lezzetinin katıldığı yemeklerden, Ege'nin zeytinyağlılarına ve dünya mutfağından aklınıza gelebilecek birçok lezzeti barındıran Luna Bella Göktürk, sabah serpme kahvaltıdan tutun, sıcacık gözlemeye, özlenen Anadolu lezzeti pişiye kadar pek çok renkli seçenekleri sunuyor. Yahut günün ilerleyen saatlerinde yakınlarınızla öğlen yemeğine, akşam yemeğine gelerek menüdeki sınırsız seçeneklerden seçebilir, zeytinyağlıların tadını çıkarabilir veya günlük pişen tatlıların tadına bakabilirsiniz.

ÇIRAĞAN SARAYI NDA KEYİF DOLU BAYRAM TATİLİ

Çırağan Palace Kempinski İstanbul Kurban Bayramı tatilinde İstanbul'un keyfine varmak isteyenlere keyifli bir konaklama deneyimi sunuyor.

Bayram tatilini şehrin koşuşturmacasından uzak, Boğaz üzerinde muhteşem bir lokasyonda, yemyeşil bahçeleri, görkemli palmiye ağaçları, enfes lezzetler sunan yazlık restoranları, sonsuzluk havuzu ve daha fazlasıyla Çırağan Palace Kempinski İstanbul'da geçirmek isteyenleri birbirinden özel deneyimler bekliyor. Kurban Bayramı'na özel konaklama deneyimi, her sabah şehrin en iddialı açık büfe kahvaltısının sunulduğu Laledan restoranda başlıyor.

OGX COCONUT MİLK SERİSİYLE TROPİK BİR GEZİNTİYE ÇIKMAYA HAZIR OLUN

Hindistan cevizi sütü, saç foliküllerini besleyen ve saç gelişimini hızlandıran çok çeşitli temel besin maddelerini içerir.

Saçlara doğal nem kazandırarak kökten uca besleyen ve kırılmalara karşı saçı koruyan yepyeni bir ürün ile tanışmaya hazır mısınız? "Güzellik, saf ve sade" mottosuyla saça ihtiyacı olan her şeyi veren OGX'in "Coconut Milk" serisi ile yaz sıcaklarında saçlarınız hak ettiği değeri görecek... Formülündeki Hindistan Cevizi Sütü, yumurta beyazı proteini ve Hindistan Cevizi Yağı kırılgan saçları beslemeye yardımcı olur. Tropik bir gezintiye çıkmışçasına duyularınızı uyaran bu egzotik formül, saçlarınızı neme doyurur, saçlarınıza güç ve esneklik katar.

BEYMEN'DEN BAYRAMA ÖZEL HEDİYE SETLERİ

Hediye alışverişlerinin vazgeçilmez adresi BEYMEN, bu bayramda da ziyaretlerinizi ve ikramlarınızı unutulmaz kılacak birbirinden lezzetli hediye alternatifleri sunuyor.

Bayramların geleneksel ikramlarına modern bir yaklaşım katan göz alıcı sunumları ve farklı aromalara sahip kolonya ve lokum setlerinden özel ve zengin içeriklerdeki BEYMEN çikolataya, dostlukları da pekiştiren Türk kahvesi ve lokum setlerinden özel tatları ile baş döndüren makaronlara sevdiklerinizi mutlu edecek BEYMEN'nin ayrıcalıklı dünyasını yansıtan Hediye Setleri, BEYMEN'lerde ve www.beymen.com adresinde sizleri bekliyor. Kırk yıllık hatra sahip Türk Kahvesi ve bu lezzetli geleneğin tamamlayıcısı damla sakızlı lokumdan oluşan BEYMEN Türk Kahvesi ve Lokum Seti, bayram ikramlarınızı zenginleştirirken, dostluklarınızı da pekiştirecek.

FENERBAHÇE FORMALARI SATIŞA SUNULDU

Fenerbahçe'nin 2019-2020 sezonu boyunca giyeceği, adidas tarafından hazırlanan formaların tanıtımı, 18 Temmuz Perşembe günü Fenerbahçe Dereağzı Lefter Küçükandonyadis Tesisleri'nde düzenlenen özel bir davetle yapıldı.

Fenerbahçe'nin #BurasıKadıköy sloganı ile tanıtılan 2019-2020 sezonu formaları; Fenerbahçe'yi temsil eden, her bir dokusu ile "Sarı Lacivert"i ve Fenerbahçeliliği çağrıştıran Kadıköy ruhunu; Türkiye'nin, Anadolu'nun dört bir yanındaki Fenerbahçelilerle paylaşmayı ve milyonlarla buluşturmayı hedefliyor. #BurasıKadıköy sloganı, Fenerbahçe'nin, Saracoğlu'nda ve deplasmanlarda bu sezon camiasının sonsuz desteğiyle ortaya koyacağı iddia ve inancını da perçinliyor.

YAZ AYLARININ KALP ÇALAN RENKLERİ JCM LONDON DAN

Renklerle arası iyi olan JCM LONDON markası, her görünüme renk katacak kadar enerjik.

Ustalıklı işçilik ve farklı malzeme seçimleri kadar özel renk kombinasyonları, gösterişli boyutları ve tutkulu tasarımları ile sıra dışı yüksek koleksiyonlarına imza atan JCM LONDON Londra'dan sonra Teşvikiye'deki yeni mağazasında sizleri ağırlamaya hazır.

TOMMY HILFIGER, TOMMYNOW DEFİLESİNİ YENİDEN NEW YORK A GETİRİYOR

Tommy Hilfiger, Sonbahar 2019 TOMMYNOW deneyimsel defile etkinliğinin New York Moda Haftası kapsamında 8 Eylül 2019 Pazar günü Harlem'deki ikonik Apollo Theater'da düzenleneceğini duyurdu.

Tommy Hilfiger'ın imzası olan "Gördüğünü Al" konseptli etkinlikte TOMMY HILFIGER kadın giyim küresel marka elçisi Zendaya ile birlikte tasarlanan ikinci TommyXZendaya koleksiyonunun prömiyeri de gerçekleşecek. Etkinlik, Tommy Hilfiger ve Zendaya'nın Paris'teki İlkbahar 2019 TOMMYNOW defilesine getirdiği kapsayıcılık, çeşitlilik ve güçlendirme ruhunu kutlamaya devam edecek. Deneyimsel etkinlik, Zendaya'nın özgüvenli stilini ve iyimser ruhunu etkinliğe katılanlarla birlikte dünya genelinde geniş kitlelerle buluşturacak.

DAMAT TAN ERKEK MODASINDA BİR İLK DAHA 180 GRAMLIK CEKET

Dünyanın en nadir bulunan ve en kaliteli kumaşlarını, kusursuz terziliği ve nano-teknoloji ile birleştiren Damat, İlkbahar Yaz 2020 koleksiyonunda en hafif ceketi sunmaya hazırlanıyor. Tamamen astarsız ve malzemesiz tasarlanan ceketler, vatka, tela, astar gibi malzemeler içermediği için gömlek hafifliğine ve doğal elastikiyete sahip olarak üretiliyor.

Damat 2020 yazında "ultra hafif" ceketlerle müşterilerinin karşısına çıkmaya hazırlanıyor. Ar-Ge, tasarım ve inovasyona dayalı güçlü üretim altyapısı ve kalite anlayışı ile dünyada en çok aranan markalar arasında yer alan Damat müşterilerine "ulaşılabilir lüks" sunmaya "ultra hafif" ceketler ile devam edecek. . İtalyan kumaştan, yüzde 100 yün olarak üretilen ceketler, vatka, tela, astar gibi malzemeler içermiyor. Bu sebeple gömlek hafifliğinde ve doğal elastikiyete sahip olan ceketler 2020 yazında satışa sunulacak.

BURBERRY BESPOKE

Burberry Bespoke ile tanışın: Ünlü parfümör Francis Kurkdjian'ın yarattığı yedi özel kokudan oluşan bir koleksiyon. Her bir kokunun bir, iki veya üç farklı konsantrasyonu bulunmaktadır.

Burberry Bespoke koleksiyonu, sanattan, elementlerden ve İngiliz harikalarından ilham almıştır. Her bir parfüm, bir kokunun ya da mekanın uyandırabileceği ve yeniden canlandırabileceği duygular kadar bireyseldir. Eşsiz özellikleriyle adeta kişiye bir övgüdür.

'Her bir kokunun konsantrasyonu, müşterilere mümkün olan en iyi karışımı sunmak için özenle seçilmiştir. Bu da aynı kokuyla hikayenin farklı versiyonlarını anlatmamızı sağlamıştır.' – Francis Kurkdjian

YAŞAM ALANLARINDA ŞIKLIĞIN VE RAHATLIĞIN YENİ FORMU

Çağdaş tasarım hatlarıyla yaşam alanları için ideal bir seçenek olan Kilim Mobilya'nın Manavgat Koltuk Takımı, kusursuz bir keyif için tasarlanan özel oturum minderleriyle göze çarpıyor. Üçlü ve ikili özel mekanizma sayesinde duvara sıfır açılarak çift kişilik yatak olabilen Manavgat, evinizdeki konforun ismi oluyor.

Yaşam alanlarında sıra dışı bir görünüm oluşturmak isteyenler için Kilim Mobilya tasarımcıları tarafından yaratılan Manavgat Koltuk Takımı, geniş oturumu ile kullanıcısını ekstra rahatlıkla buluşturuyor. Gri rengi ile asaleti salonunuza taşıyan Manavgat Koltuk Takımı, detaylı işçiliğiyle göze çarpıyor. İstenildiğinde kolaylıkla yatağa dönüşebilen 3'lü koltuk alternatifiyle dar alanlarda çok yönlü kullanım avantajı sunan Manavgat Koltuk Takımı, yaşam alanınız için muhteşem bir tamamlayıcı görevi görüyor.

YAZ TATİLİNİZİ BODRUM EDITION'LA BENZERSİZ KILIN!

Ian Schrager ve Marriott International iş birliğinde 2018 senesinde açılan The Bodrum EDITION, yeni nesil lüks otel deneyimini yeniden tanımlıyor ve Türkiye'deki otellere yepyeni bir enerji getiriyor. Yenilikçi bir konsept sunan Schrager, sofistike tasarım detayları ve benzersiz programlarla Yalıkavak kıyılarında keşfedilmeyi bekleyen bir dünya yaratıyor.

The Bodrum EDITION'da plaja yakın bir konumda bulunan, güneş aşığı bir gündüz restoranı olan Morena'da da göçebe şef Diego Munoz'un önderliğinde yaratılan sofistike tatlar sizleri bekliyor.

AÇIK HAVADA KONFORA DAVET

Sıradışı çizgisi ile açık hava mekanlarında adından söz ettiren L'unica, 2019 ilkbahar-yaz koleksiyonunda yer alan ve modern tarzın en güzel yansıması olan Harper Oturma Grubu ile dikkat çekiyor.

Şık ve estetik görünümünün yanı sıra geniş oturumlu yapısıyla da konfor vadeden Harper Oturma Grubu, kendine has tarzı ve geometrik örgü desenleriyle göz dolduruyor. Farklı tasarımları ile açık havanın keyfine keyif katan L'unica, modern tarzın en güzel yansıması olan Harper Oturma Grubu ile yeni sezona iddialı bir giriş yapıyor. Kendine has tarzı ve geometrik örgü desenleriyle göz dolduran Harper Oturma Grubu, aluminyum ve rope karışımından oluşuyor. İç ve dış mekanlara rahatlıkla uyum sağlayan Harper Oturma Grubu, şık ve estetik görünümünün yanı sıra geniş oturumlu yapısıyla da konfor vadediyor.

BURBERRY HER BLOSSOM YENİ EAU DE TOILETTE KADIN PARFÜMÜ

Burberry, orijinal gurme imzası olan Eau de Parfüm'ün aydınlık erik çiçeği notaları ile sarılmış versiyonu olan Her Blossom'ı tanıtıyor. Açan çiçeklerin ve nemli yaprakların hafif ve narin kombinasyonu, baharda Londra'nın ruhunu yakalar.

Usta parfümör Francis Kurkdjian tarafından yaratılan Burberry Her Blossom, mandalina ve biberli notalarla açılır, erik çiçeği ve şakayık notaları ile harmanlanır. Alt notalarındaki kremsi sandal ağacı ve misk, hafif-meyvemsi kokuya sıcaklık ve derinlik katar.
Üst Notalar: Mandalina ve Pembe Karabiber
Kalp Notalar: Erik Çiçeği ve Şakayık
Alt Notalar: Misk ve Sandal Ağacı

YAŞLANMA KARŞITI GÜNEŞ KREMİ DERMACEUTİC SUN CEUTİC 50+ TİNTED

Dünyaca ünlü Fransız Laboratuvarları tarafından geliştirilen Dermaceutic'in yeni ürünü Sun Ceutic 50+ Tinted, renkli formülü ile cilt tonunun eşit olmasını sağlarken cildin erken yaşlanmasını önlemeye yardımcı oluyor. UV hasarına karşı koruyan, yaşlanma belirtilerini önleyen Dermaceutic Sun Ceutic 50+ Tinted, ciltte rahatlık hissi de sağlıyor.

UV ışınlarına maruz kalan cilde çok yüksek koruma sağlayan Dermaceutic Sun Ceutic 50+ Tinted, aktif bileşenleri sayesinde yaşlanma karşıtı özellikleri ile dikkat çekiyor. Formülündeki Zinc Oxide and Titanium Dioxide, UVA / UVB ışınlarına karşı kararlı bir fiziksel bariyer oluşturuyor. Molekül ağırlığının 400 katı kadar su tutma kapasitesine sahip Hyaluronic Acid, bu özelliği sayesinde; cildi nemlendirir ve cildin daha esnek olmasını sağlıyor. Aloe Vera; cildi rahatlatır, inflamasyonu azaltır ve kollajen üretimini uyarıyor. Stem Cell Stimulator ise epidermal restorasyonu hızlandırarak, kırışıklıkların görünümünü düzeltiyor.

BİR İNGİLİZ KLASİĞİ: CLIVE CHRISTIAN

Clive Christian, kökleri 1872'de kurulan, Kraliçe Victoria'nın çok sevdiği parfüm markası The Crown Perfumery Company'ye dayanan bir İngiliz parfüm evidir. Clive Christian'ın geçmiş mirası koruma ve mükemmellik standartlarına olan bağlılığı, Royal College of Arms tarafından verilen olağanüstü hanedan şerefiyle tanınır.

Clive Christian, eskizlerdeki kalem vuruşlarından ürünün son haline kadar, bekleneni olağanüstüye dönüştürmeyi hedefler. El işçiliği ve detaylara çok özen gösterir. Sürekli olarak dünyanın farklı bölgelerinden en iyi materyalleri keşfetme arayışını sürdürür. Markanın tüm parfümleri 150 ile 300 arası parfüm içeriğine ve %20-25 oranında parfüm esansına sahiptir. Karmaşık yapı ve kalite, parfümlere benzersiz bir derinlik ve karakter sağlamaya yardımcı olur.Clive Christian, karşılıklı aşklarının sembolü olarak birbirleri için parfüm yaratan Kraliçe Victoria ve Prens Albert'e aromatik bir övgü niteliğindedir. Koleksiyon içerisindeki parfümler "Ayrı ayrı nefis, birlikteyse olağanüstü" mottosundan yola çıkar. Her bir çift, daha erkeksi ya da kadınsı olarak isimlendirilmiştir ama bu durum kullanıcıyı sınırlama amacı taşımaz.

SULTANAHMET MEYDANININ İNCİSİ AYASOFYA HÜRREM SULTAN HAMAMI

Modern hayata yenilmeyen bir ritüel olan hamam kültürü; geçmişten günümüze temizliğin, şifanın, arınmanın, aynı zamanda eğlencenin ve sosyal paylaşımın önemli bir temsilcisi oldu. Hamam geleneği; İlk Haseki Hamamı olan Ayasofya Hürrem Sultan Hamamı'nda günümüze uygun bir bakış açısıyla geleneklerden ödün vermeden yeniden yorumlanıyor.

Orjinaline uygun şekilde büyük bir yatırm ile restore edildiği günden beri büyük ilgi gören ve dünyanın dört bir yanından gelen konuklarına, özel eğitimli uzman tellak, natır, masör ve masözlerin hizmet verdiği Ayasofya Hürrem Sultan Hamamı, mevsimine göre meyvelerle ve zengin baharat çeşitleriyle özel olarak hazırlanan şerbet ikramlarıyla, yüzlerce yıllık kubbeleri şen sohbetleriyle çınlatacak, bir zamanlar Sultanlar'ın yıkandığı mermer kurnalarında kendilerini yenileyerek zinde ve sağlıklı kalacak hamam severleri bekliyor.

YAZIN HER MODUNA UYGUN ŞIKLIK BU KOLEKSİYONDA!

Burak Özçivit'in stilinden ilham alan Altınyıldız Classics, ısınan havaları yüksek enerjisi ve yaza yakışan renkleri ile karşılıyor. Altınyıldız Classics x Burak Özçivit, haftanın her günü ve günün her saatinde şıklığı garantileyecek ürünlerden oluşuyor.

Altınyıldız Classics Burak Özçivit 2019 İlkbahar-Yaz Koleksiyonu, vücuda kusursuz oturan slim fit takım elbiseleri ve ceketleri hafifletilmiş formlarla, koton ve keten karışımlı kumaşlarla buluşturuyor. Pastel tonlara sahip takım elbiselerin yanında, hem günlük hem şık tişörtler, keten gömlekler ve casual spor pantolonlar yazın enerjisini yansıtan canlı renk paletleri ve sürprizli detayları ile bu yaz da Altınyıldız Classics erkeğinin vazgeçilmezi oluyor.

MELİS GORAL ÖZEL KOLEKSİYONUNUN LANSMANI LONDRA'DA YAPILDI

Dünyaca ünlü tasarımcıları mücevher ve sanatseverlerle buluşturan tasarım platformu Motley London, Türkiye'nin ödüllü mücevher tasarımcısı Melis Goral'ın kendileri için hazırladığı STAIRS koleksiyonunun lansmanını geçtiğimiz hafta Londra'da gerçekleştirdi.

Markasını Türkiye sınırlarının dışına taşımaya devam eden Melis Goral "3 aylık bir çalışma sonrası Motley için STAIRS isimli bir koleksiyon hazırladım. Stairway, Volute, Steps ve Riser ismini verdiğim 4 konseptten oluşan koleksiyonda merdiven katmanlarını andıran art deco formları değişik teknik ve materyaller ile uyguladık" dedi.

MICHELIN YILDIZLI ŞEF JAUME PUIGDENGOLAS THE HOUSE HOTEL KARAKÖY DE

İstanbul'un nostalji kokan gözde semti Karaköy'ün merkezinde yer alan The House Hotel Karaköy, teras katındaki Kasa Lokanta & Bar'da, Michelin yıldızlı İspanyol Şef Jaume Puigdengolas'ın özel menüsüyle misafirlerine eşsiz bir deneyim sunuyor.

Yenilikçi fikirleriyle turizm, otelcilik ve emlak sektörüne yeni bir vizyon getiren Kerten Hospitality'nin prestijli butik otel markası The House Hotel Karaköy'ün teras katında yer alan Kasa Lokanta & Bar, İstanbul'un keyfini çıkarmak isteyenler için mükemmel bir tercih. Michelin yıldızlı İspanyol Şef Jaume Puigdengolas'ın ziyaretçilere uluslararası bir gastronomi deneyimi yaşattığı Kasa Lokanta & Bar, keyifli atmosferi ve tarihi yarımadaya kucak açan muhteşem manzarası ile dikkat çekiyor.

KAİ BEACH, İDDİALI MENÜSÜ İLE BODRUM YAZ SEZONUNA LEZZET KATIYOR

Uluslararası örnek projeleri ile tanınan ve uzun yıllardır yeme-içme, turizm, gayrimenkul ve inşaat sektörlerinde yaptıkları yatırımlar ile Türkiye'ye değer katan RMA Group'un Mandarin Oriental Bodrum içerisinde yeni lokasyonunda konumlandırdığı Kai Beach, ilgi çekici konsepti ve zengin menüsü ile sezonun gözde mekanlarından biri oldu.

Bodrum'un benzersiz güzelliğinin yanı sıra Mykonos'un eşsiz beach eğlence kültürünü de yaşatan Kai Beach, Mandarin Oriental Bodrum'un içindeki en göz alıcı lokasyonu ve zevkle tasarlanan dekorasyonu ile ön plana çıkıyor.

NEBO TOOLS UN YENİ FENERİ GECEYİ AYDINLATIYOR!

Karanlık, zorlayıcı ve ürkütücü olabiliyor. Evde, dışarıda ya da kampta bulunduğumuz ortamı aydınlatacak fenerler, hayatımızı da kolaylaştırıyor. Sunduğu yüksek ışık kalitesiyle Nebo Tools fener, gecenin karanlığını aydınlığa dönüştürüyor.

Işık olmayan yerlerde görüş olanağı zor olduğu için bazı aksaklıklar yaşanabiliyor. Nebo'nun yeni ürünü Nebo Armor 3 360 LED Lümen fener, darbeye ve suya dayanıklı özelliğinin yanı sıra, 83 metreye kadar aydınlatması ile karanlıkta kalanların imdadına yetişiyor.

YAZIN AYRICALIKLI TATİL FIRSATLARI SİX SENSES KAPLANKAYA'DA

İlhamını doğadan alan Six Senses Kaplankaya Ağustos boyunca misafirlerini sıra dışı güzellikte bir Ege tatiline çağırıyor. Ege'nin eşsiz doğasında üç turkuvaz koyda konumlanan kum plajları, yerel elementlerle harmanlanmış modern dizaynı, Avrupa'nın en büyük spa merkezleri arasında sayılan Six Senses Spa'da sıra dışı terapiler ile eşsiz bir tatil deneyimi yaşatan Six Senses Kaplankaya, Ağustos ayında kaçırılmayacak konaklama fırsatları sunuyor.

Dünyanın en iyi resort'ları arasında yer alan uluslararası ödüllü Six Senses Kaplankaya, spa merkezi, çocuk aktiviteleri, sürdürülebilirlik ve wellness odaklı konaklama paketleriyle misafirlerine unutulmaz anlar vadediyor. . 60 dakikalık holistik masaj ve akşam yemeğinin de dahil olduğu bu özel hafta sonu paketi yalnızca Perşembe ve Pazartesi günleri arasında geçerli olan avantajlı fiyatlarla sunuluyor. İki günü aşan konaklamalarda ise paket kapsamında Bodrum Gündoğan'a gidiş dönüş lüks yat transferi de ücretsiz olarak sağlanıyor.

KARSKİ ET LOKANTASI YALIKAVAK TA YAZ SEZONUNU LEZZETLİ TADLAR İLE AÇIYOR.

Yalıkavak'ta doğa ile iç içe ferah bir atmosferin içinde Kuyu Tandır ve Kuzu Çevirmesi ile beğenilen Karski Et Lokantası, sunduğu benzersiz et çeşitleri ile yaz sezonunda konuklarını ağırlıyor.

Bodrum' da Mandalina ve Hünnap ağaçlarının içinde yer alan bir Rum evinde hizmet veren Karski Et Lokantası, ziyaretçilerine lezzetli et çeşitleri alternatifi sunuyor. Kış aylarının tüm yorgunluğunun atılabileceği mükemmel bir tatilde damak tadını da göz ardı etmeyenler için Karski Et Lokantası lezzetli ve huzurlu bir seçenek oluyor.

BOĞAZ MANZARALI OPEN AIR TERRACE'DA KEYİFLİ VE AKTİF BİR YAZ TATİLİ

The Ritz-Carlton, Istanbul'un sıcak yaz günlerinde tatil keyfi sunan mekanı Open Air Terrace, yaz boyunca şehirde kalanlar veya şehirden uzaklaşmadan mola vermek isteyenler için muhteşem bir atmosfer ile sunuyor.

Her gün 09.00 - 20.00 saatleri arasında hizmet veren terasta; güneşlenme alanları ve özel bir bar da bulunuyor. Sağlıklı yemek seçenekleri sunan menüsü, havuz başının vazgeçilmez lezzetleri yaz kokteylleri ve serinletici enfes içeceklerin sunulduğu barda, gün boyunca ikram edilen sürpriz tatlar da misafirleri bekliyor. Güneşin ve yenilenmenin tadına varırken yepyeni sonsuzluk havuzunda enfes kokteyller eşliğinde keyifli saatler geçirilebilecek Open Air Terrace'a giriş ücreti 290 TL.

VALERON DAN YATAK ODALARINA SEÇKİN BİR KOLEKSİYON

Dünyanın önde gelen ev tekstili markaları arasında yer alan Valeron, şık tarzıyla dikkat çeken nevresim koleksiyonları ile yatak odalarında lüks bir görünüm yaratıyor. Evlerin en özel köşelerine dokunuş yapan Valeron, antrasit gri rengin şıklığını hissettirecek Linea nevresim koleksiyonuyla odalarda seçkin bir stil sunuyor.

Özgün tasarımları ve ulaşılabilir lüks anlayışıyla nevresim ve yatak örtüsü takımlarından bornoz ve havlu çeşitlerine kadar oldukça zengin ve seçkin bir ürün yelpazesi sunan Valeron, Linea Koleksiyonu ile yaşam alanlarının sadeliğini zarafetle tamamlıyor. Koleksliyondaki zamansız renk ve desenler, yaşam alanlarında göz dolduran şıklığı temsil ediyor.

ZAXİ RESTAURANT'IN YAZ MENÜSÜ LEZZET DOLU

Maslak'ta merkezi lokasyonuyla eğlence ve konforu bir araya getiren Zaxi Restaurant yaz menüsüyle dikkat çekiyor. Soğuk çorbalar, deniz ürünleri, kalorisi düşük ana yemekler, meyveli salataları ile rengârenk kokteyller usta ellerin elinden çıkıp adeta bir şölene dönüşüyor.

Son yıllarda kültürel anlamda önemli bir hareketlenme yaşayan Maslak'ın yıldızı Zaxi Restaurant, "fun & finest" konseptiyle güzel yemek ve keyfi bir arada bulmak isteyenlerin buluşma noktası oluyor. Zaxi Restaurant'ın dünya ve Asya mutfağından esinlenen zengin menüsü, bugüne dek Türkiye'nin dünyaca tanınmış otel mutfaklarını yönetmiş olan Baş Aşçı Arif Kemal Doğan tarafından hazırlanıyor.

TARGET PRO BY WATSONS'TAN MUCİZEVİ SERUMLAR

Watsons'ın en sevilen cilt bakım markalarından Target Pro by Watsons, cildine özen gösterenleri yepyeni ürünleriyle buluşturmaya devam ediyor.

Özellikle yaz aylarında deniz ve güneşin yıpratıcı etkilerine maruz kalan cildimiz daha fazla bakıma ihtiyaç duyuyor. Target Pro by Watsons, farklı cilt ihtiyaçlarına yönelik Hydration, Whitening, Age Defense ve Pore Care serum çeşitleri ile cildinize ihtiyacı olan tüm bakımı sağlamaya yardımcı oluyor.

Dermatolojik olarak test edilen Target Pro by Watsons ürünleri zengin içerikleri ile cilt bariyerini güçlendirmeye ve çevresel kirlilik, UV ışınları gibi olumsuz etkenlere karşı cildi korumaya da yardımcı oluyor.

YATAŞ, TÜRKİYE NİN EN DEĞERLİ MARKALARI LİSTESİNDE YERİNİ ALDI

Uluslararası bağımsız marka değerlendirme kuruluşu Brand Finance'in bu yıl 12.'sini hazırladığı Türkiye'nin En Değerli Markaları araştırmasının sonuçları açıklandı. Türkiye'nin sevilen markası Yataş, listeye 61'inci, kendi sektöründe ise ilk sıradan girmeyi başardı.

Türkiye'nin lider mobilya markası Yataş, uluslararası marka değerlendirme kuruluşu Brand Finance tarafından hazırlanan Türkiye'nin En Değerli Markaları listesine bu yıl 61. sıradan girmeyi başardı. Türkiye'nin en değerli 100 markasının yer aldığı listede kendi sektörünün de lideri olan Yataş'ın marka değeri ise 33 milyon dolar olarak hesaplandı. Konuya ilişkin bir değerlendirmede bulunan Yataş Grup CEO'su Nuri Öztaşkın, şunları söyledi: "40 yılı aşkın süredir Yataş markası kalite, güven, estetik ve şıklık kavramlarıyla bir arada anılıyor.

PHYTO YAZIN GÜNEŞTE VE DENİZDE YIPRANMIŞ SAÇLAR İÇİN ÖZEL BAKIM SERİLERİNİ SUNAR!

Gücünü bitkilerden alan Phyto'nun bütün saç tipleri için geliştirdiği özel bakım serilerindeki maskeler yazın yıpratıcı etkilerini minimuma indirerek saçınızı korumaya alıyor! Saça iksir etkisi yaratarak güzelliğini ortaya çıkaran seriler saçları ağırlaştırmadan ve diplerini yağlandırmadan onararak saçın ihtiyacı olan bakımı sağlıyor!

Phytokératine Maske
Yıpranmış ve zayıflamış saçlar için geliştirilen Phytokératine Maske saç telini içten dışa doğru onarıyor. Ürün içeriğindeki aktif bileşenler ile saçı yeniden yapılandırır ve besler.
Yaz boyu korunmaya alınan saçlarınızı Phytokératine serisi ipeksi yumuşaklığa kavuşturuyor.

DENİZİN, YAZIN VE GÜNEŞİN TADINI DOYASIYA ÇIKARMAK İÇİN DOĞRU GÜNEŞ KREMİ

Dünyanın 1 numaralı güneş bakım markası NIVEA SUN, güneş bakım ürünleriyle yaz aylarında cildiniz için güvenilir korunma seçeneklerini bir araya getiriyor. NIVEA SUN, cildi güneşin zararlı ışınlarından koruyan, nemlendiren, kalıcı bronzluk sağlayan geniş ürün yelpazesi ile farklı cilt tiplerinin ve yaş gruplarının yazın keyfini doyasıya çıkarmasını sağlıyor.

NIVEA SUN serisinde 6 güneş koruma faktöründen (GFK-SPF) 50 ve üzeri güneş koruma faktörüne kadar farklı ihtiyaçlara yönelik ürün bulunuyor. Tüm NIVEA SUN ürünleri ultraviyole ışığa karşı dayanıklı koruma özelliğine sahip olduğu için güneşin en yüksekte olduğu zamanlarda bile cildi güneşin zararlı ışınlarına karşı koruyor.

SICAK YAZ GECELERİNDE KESİNTİSİZ VE SERİN BİR UYKU

Bambi Yatak, üstün nem yönetimli akıllı malzeme kullanarak tasarladığı Clima Naturel Prime ile kullanıcısını yaz gecelerinde serin bir uyku ile buluşturuyor. Pamuklu yüzey yaz gecelerinizi serin geçirmenizi sağlarken, yünlü yüzey ile de kış gecelerinizi sıcacık geçirmenize yardımcı oluyor.

Sıcak yaz gecelerinde oluşan uyku sorunu 7'den 70'e herkesi etkiliyor. Başımızı yastığa koyar koymaz uyumak istiyoruz ama sıcaklar bunun önüne geçiyor ve uykumuzun bölünmesinden dolayı da gün içinde bedenimizi yorgun hissediyoruz. Bu farkındalıkla uykusuna değer verenler için teknolojiyi tasarımla buluşturan Bambi Yatak, yeni nesil ürünü Clima Naturel Prime ile güne zinde başlamanıza yardımcı oluyor.

M A C EXTRA DIMENSION SKINFINISH ÜÇLÜSÜ EKSTRA IŞILTI!

Işıltını yeni, cesur, ekstra bir boyuta taşı ve parıltı galaksisini yansıt! Üç yeni ultra yansımalı Extra Dimension Skinfinish Trio paletleriyle gizemli ışıltını paylaş. Olağanüstü metalik Extra Dimension Eye Shadow ve mistik ışıltılı Crystal Glaze Gloss ile parlaklığın sınırı yok!

Extra Dimension Skinfinish Trio: Among The Stars
En ışıl ışıl, incecik likit pudra aydınlatıcı, uyumlu üç holografik pastel tonda; 10 saate kadar kalıcı yoğun metalik ve ayna gibi ışıldayan formülümüzle bir palette bir araya geliyor. Işığını yansıt!

KAİA GERBER: ZAMAN VE MODA

Kaia Gerber söz konusu moda olunca, kendi deyimiyle "az aslında çoktur" ruhuyla yaşıyor. Yaşam onu nereye götürürse götürsün, o her zaman çaba harcamadan havalı olmakla zarif şıklık arasındaki dengeyi kurmayı başarıyor. Yine de, buna aldanmayın.

Bu görünüşte çabasız görünen stilin ardında, oldukça zekice kurgulanmış bir hassasiyet var. OMEGA'nın keşfettiği üzere, Kaia anında ruh halini belirleyen kıyafet ve aksesuarları karıştırıp eşleştirerek arzu ettiği görünümünü nasıl oluşturacağını tam olarak biliyor. İster eğlenceli, ister kendine güvenli isterse sofistike bir görünüme bürünmeyi arzu etsin, kullandığı her bir objenin üstlendiği bir rol var.

RENAULT MAİS CONTACT CENTER WORLD YARIŞMASINDA 4 ÖDÜL ALDI

Renault MAİS, 24-27 Haziran tarihleri arasında Viyana'da gerçekleşen Contact Center World yarışmasında 4 ödüle layık görüldü.

Contact Center World yarışması, Geleceğin Müşteri Deneyimi ana felsefesi çerçevesinde düzenleniyor. Renault MAİS, yarışmaya 4 kategoride katıldı ve Avrupa, Orta Doğu ve Afrika finalinde 4 ödüle layık görüldü. Renault MAİS, Diyalog kapsamında verdiği hizmetler ile 3 altın ve 1 gümüş kategoride olmak üzere 4 ödül elde etti. Renault MAİS A.Ş'nin müşterilerine sunduğu hizmetler, En iyi Müşteri Hizmetleri, En İyi Sosyal Medya Yönetimi ve En İyi Teknoloji/İnovasyon kategorilerinde 3 altın madalya; En İyi İletişim Merkezi (Medium) kategorisinde ise gümüş madalya ile ödüllendirildi.

Beyin sağlığınız için sevdiklerinizle vakit geçirin

Beyin sağlığı, bireyin ilişkilerini ve sosyal yaşamını doğrudan etkiliyor. Beynimizin uyarana bağımlı bir organ olduğunu belirten uzmanlara göre, yoğun stres ve bozuk ilişkiler beyni olumsuz etkiliyor. Beyin sağlığını korumak için yalnızlık ve izolasyondan kaçınmak gerektiğini vurgulayan uzmanlar, aileyle ve çevreyle vakit geçirmenin, nörolojik ve psikiyatrik hastalıklardan koruyan bir faktör olduğuna dikkat çekiyor. Teknolojiyle hayatımıza giren sosyal medyaya da değinen uzmanlar, "Sanal sosyal temas, asla gerçek sosyal temasın yerini tutmaz" uyarısında bulunuyor.

Beyin sağlığı, sosyal yaşamı doğrudan etkiliyor

Beyin sağlığının sosyal yaşamı doğrudan etkileyen bir faktör olduğunu belirten Doç. Dr. Barış Metin, şunları söyledi:

"Bu ilişkinin doğru olduğunu, birçok hastalık durumunda sosyal yaşamın bozulmasından anlayabiliriz. Sık gördüğümüz beyin hastalıkları, psikolojik ve nörolojik olarak ayrılabilir. Hem psikolojik hem de nörolojik rahatsızlıklar sosyal yaşam üzerinde olumsuz etkiler gösterebilir. Psikolojik rahatsızlıklardan örnek verirsek uzun süre kaldırabileceğimizden fazla strese maruz kalmak kişiyi alıngan, kırılgan ve sinirli yapabilir. Bu durumda aile ve sosyal yaşamda ilişkileri bozabilir.

Nörolojik hastalıklar da sosyal yaşamı bozabilir. Birçok nörolojik bozuklukta dikkat, konsantrasyon, bellek gibi bilişsel yetilerde zayıflama görülür. Alzheimer hastalığı gibi bunamalar belleği bozarak hastanın ailesi ve çevresiyle iletişim becerisini zayıflatır. Sonuçta hastalarda sosyal izolasyon yani geri çekilme durumu görülür. Sosyal izolasyon ve yalnızlık da bunamanın şiddetini daha fazla artırarak bir kısır döngü oluşturur."

Otizm, sosyal yaşamı kısıtlıyor

Uyku bozukluklarının, özellikle uyku apnesi ve uykuya dalma bozukluklularının sonuç olarak gündüz aşırı uykululuk ve dikkat-konsantrasyon bozukluğuna yol açtığını belirten Doç. Dr. Barış Metin, "Bu bozukluklar da kişinin çevresi ile iletişimini bozabilir. Sosyal yaşamın en temelden bozulduğu nörolojik hastalık ise otizmdir. Bilindiği gibi otizmi olan çocuklar sosyal olarak iletişime geçmek istemezler. Otizm sadece çocuklarda değil, erişkinlerde de görülebilir ve kendini sosyal yaşamda kısıtlılık şeklinde gösterebilir. Uyku bozuklukları, Alzheimer hastalığı, Otizm ve psikolojik bozukluklar için verdiğimiz sosyal etkilenme örneklerini aslında tüm nörolojik ve psikiyatrik bozukluklara genelleyebiliriz. Sosyal yaşamımız beynimizin sağlıklı olmasına, dikkat ve belleğimizin çalışmamıza ve empati kurabilmemize bağlıdır" diye konuştu.

Doç. Dr. Barış Metin
Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesi Nöroloji Uzmanı
info@peoplemag.com.tr

Beyin ve sosyal ilişkiler bağlantısı: Gace Olgusu

Beyin ile sosyal yaşam arasındaki ilişkinin ilk olarak ABD'de demiryolu işçisi olan Phineas Gace isimli kişinin yaşadıkları sonucu gündeme geldiğini belirten Doç. Dr. Barış Metin, "Bu kişi kaza öncesinde çevresi tarafından iyi sosyal ilişkiler kuran, etrafa saygılı ve ailesine bağlı olarak değerlendirilen bir kişiydi. Bir kaza sonrası beynin ön bölgesine metal bir çubuk girmiş ve aşağıdaki şekilde gösterildiği üzere beyninin ön kısmında önemli hasara neden olmuştur. İlginç bir şekilde Gace, bu kazadan sağ kurtulmuştur.

Kaza sonrası yakınları, ailesi ve arkadaşlar Gace de önemli değişiklikler gözlemiştir. Gace etrafına karşı sabırsız ve sinirli davranmaya başlamış, sıklıkla küfür eden, aşırı içki tüketen ve şiddete eğilimli bir bireye dönüşmüştür. "Gace Olgusu" sinirbilim dünyasını derinden etkileyerek ilk kez beyin ve sosyal ilişkilerin ne kadar yakın ilişkili olduğunu göstermiş ve sağlıklı sosyal ilişkilere sahip olmak için sağlıklı bir beyne sahip olmamız gerektiğini düşündürmüştür" dedi.

Negatif uyaranlardan kaçınılmalıdır

Sosyal ilişkilerin güçlü olması, bireyin arkadaşlarının olması, aile ve çevreyle kurulan ilişkilerin de beyin sağlığı üzerinde olumlu etkileri olduğunu ifade eden Doç. Dr. Barış Metin, "Beynimiz uyarana bağımlı bir organdır. Sağlığını koruması için beynimiz sürekli uyaran almalıdır. Ancak bu uyaranların niteliği de önemlidir. Negatif uyaranlar, yoğun stres, bozuk ilişkiler insanların depresyona girmesine neden olur. Depresyon da beyin sağlığını negatif etkiler. Dikkat ve konsantrasyon gibi yetiler yoğun stres yaşayan bireylerde zayıftır" uyarısında bulundu.

İhmal edilmiş çocuklar, dikkat ve öğrenme sorunu yaşıyor

Beynimizde yer alan bir grup hücrenin, özellikle sosyal uyaranlara duyarlı olduğunu kaydeden Doç. Dr. Barış Metin, "Bu nöronlar çevremizdeki kişilerin duygularını anlayıp yorumlamamızı, onlarla empati yapmamızı sağlar. Sosyal olarak uyaran almamamız veya negatif uyaran almamız beynimizin sosyal nöronlarını çalışamaz

hale getirebilir. Böyle durumlarda öğrenme fonksiyonları ciddi zarar görebilir. Bu duruma verilecek en tipik örnek ihmal edilmiş çocuklardır. Büyüme dönemlerinde yeterince sosyal uyarana maruz kalmayan çocuklarda erişkin çağda dikkat ve öğrenme sorunları görülmektedir. İlginçtir ki, bu sorunlar 0-1 yaş arası bebeklik döneminde ilgi görmeyen bireylerde de yoğun olarak görülmektedir. Bu bulgular beynimizin doğumdan itibaren sosyal temasa ihtiyaç duyduğunu göstermektedir" dedi.

Yalnız yaşlılar bunamaya yatkın oluyor

"İnsan sosyal bir canlıdır ve sosyal ilişki kurmadan yaşayamaz" diyen Doç. Dr. Barış Metin, "Sağlıklı beyin fonksiyonlarımızın olması için sağlıklı ilişkilerimizin olması gereklidir. Özellikle herhangi bir beyin hastalığı olan bireylerin, Alzheimer-bunama hastalarının sürekli sosyal uyarana ihtiyaçları vardır. Bu bireyleri yalnız ve sosyal uyaranlardan mahrum kalacakları ortamlarda tutmamak gerekir. Yaşlıların yalnızlığa karşı korunmaları, yalnız kalacakları ortamlarda kalmamaları gerekir. Yalnız yaşlılar çok daha erken bunamaya yakalanmaktadır" uyarısında bulundu.

Beyin sağlığı için yalnızlıktan kaçının

Doç. Dr. Barış Metin, bunaması olmayan bireylerin de "sosyal beyinlerini" çalıştırmak için yeterli uyaran almaya özel önem göstermesi gerektiğini belirterek "Beyin sağlığı için yalnızlık ve izolasyondan kaçınmak gerekir. Aileyle ve çevreyle vakit geçirmek, bizi nörolojik ve psikiyatrik hastalıklardan koruyan bir faktördür" dedi.

Sanal temas yetmiyor

Son yıllarda sosyal medyanın yaygınlaşması, kişilerin aile ve arkadaş ilişkilerin bozulup sosyal temasın "sanal" ortamlara kaymasına neden olduğunu vurgulayan Doç. Dr. Barış Metin, "Sanal sosyal temas, asla gerçek sosyal temasın yerini tutmaz. Bunun en nemli nedeni gerçek sosyal temasın empati, dokunma, ses, görüntü gibi birçok duyu ve beceriyi kapsayacak şekilde çok boyutlu olmasıdır. Sosyal medyada aşırı zaman geçirme kişinin asıl sosyal yaşamını bozarak aslında bir sosyal izolasyon ortamı yaratmaktadır" diye konuştu.

10 adımda Çocukla seyahat

İstanbul Bilgi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekan Vekili Prof. Dr. Nilgün Sarp, çocuklarıyla birlikte seyahat edecek ailelerin sağlıklı ve güvenli yolculuk geçirmesi için tavsiyelerde bulundu

Çocukla seyahat hemen her anne-babanın hazırlık aşamasından yolculuğa kadar stres seviyesinin yükseldiği bir durum. Çocuklar için de durum farklı değil, mekân değişikliği, farklı bir yatakta uyuma, evinden farklı bir ortama uyum sağlama süreci ve hatta hava değişikliği nedeniyle yaşanabilecek sorunlar sebebiyle çocuklar huzursuzluk yaşayabiliyor.

İstanbul Bilgi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekan Vekili Prof. Dr. Nilgün Sarp, çocuklu yolculukları sorunsuz atlatmanın dokuz püf noktasını paylaştı.

• Araba ile yolculuk yaparken oto koltuğunu ters yerleştirerek çocuğunuzun güvende hissetmesini sağlayın. Yaşça büyük çocuklarınızı ise arka koltuğa oturtun ve emniyet kemerini bağlayın.

• Küçük çocukların kaybolma ihtimaline karşı koluna numaranızı ve bilgilerinizi içerek bir bileklik takın.

• Gideceğiniz yerin iklimine ve şartlarına uygun giyeceklerin yanı sıra çocukların metabolizmalarını güçlü tutmasını sağlayacak besinleri yanınıza alın.

• Çocuğunuzun hasta olma ihtimaline karşı yanınıza ateş düşürücü, vitamin almanız faydalı olacaktır.

• Çocuğunuzu güneşten ya da soğuk rüzgarların etkisinden korumak için koruyucu kremlerin yanı sıra gideceğiniz yerdeki böcek ve sinek ısırıkları ihtimaline karşı, çeşitli doğal ve hipoalerjenik sinek ve böcek savarları yanınıza almayı unutmayın.

• Hem toplu taşıma araçlarında hem de şahsi araçlarda her ne kadar tablet, telefon yolculuğu kurtaracak araçlar gibi düşünülse de çocuğunuzda mide bulanmasına neden olacağını unutmayın.

• Uçak yolculuklarında yaşanan basınç değişiklikleri nedeniyle çocuğunuzun kulaklarının ağrımaması için küçük çocuklara sakız vermek, bebeklere ise biberon ya da emzik vermek yolculuğu kolay hale getireceğini unutmayın.

• Tuvalet ihtiyacı için yanınızda bolca yedek bez, alt değiştirme örtüsü ve susuz temizlik sağlayan alkolsüz el jelleri bulundurabilirsiniz.

• Eğer tren ya da uçaktaysanız ayağa kalkmanıza müsaade edilen zamanlarda çocuğunuzla beraber ufak yürüyüşler yapmak, hatta tuvalete gidip gelmek bile çocuğunuzu rahatlatacak ve kan dolaşımını hızlandıracaktır.

• Çocuğunuzun sıkılmasını önlemek için renkli boya kalemleri ve boyama kitaplarını yanınıza almak ya da sevdiği oyuncakları yanına almasına izin vermek yolculuğunuzu kolaylaştıracaktır.

Prof. Dr. Nilgün Sarp
İstanbul Bilgi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekan Vekili
info@peoplemag.com.tr

Dondurulumuş Gıdalar

Ne kadar sürede tüketilebilir?

Uzmanlara göre, derin dondurucunuzdaki gıdaları saklama süresi bir yılı geçmemelidir. Ama kurallara hangimiz uyuyoruz ki? Bazen küçük paketlerimiz yıllarca derin dondurucuda bekliyor. Peki ama ne yapmalıyız, görmezden gelip buzdolabının kapısını kapatmalı mı, yoksa artık tüketmeli miyiz?

• Buzdolabının kapısını her açtığınızda vicdanınız sizi uyarıyor mu: Ah şu annemin köftesini bir türlü kızartamadım… Bu da arkadaşımın taa 2 sene önce getirdiği bamya… Ah, bunlar da geçen yıl indirimden aldığım somonlar … yoksa bir önceki yıl mıydı?

• Hangimizin derin dondurucusunda aylardır, hatta yıllardır bir köşede saklanan gıdalar yoktur ki? Mesela nefis bir yemekten artanlar bazen dondurucuya atılabilir, sonuçta buzdolabınızın boş olduğu günlerde yedekte yemek olmasının zararı yok faydası vardır. Bazen aniden misafir geldiğinde derin dondurucunun dibindeki yarım pasta çok işe yarar, hatta ekmek dilimleri bile gece boyunca bayatlamasınlar diye dondurucuda saklanabilirler.

Gözden uzak gönülden ırak

• Derin dondurucularda bu istiflemenin mutlaka çeşitli nedenleri var, ancak Oecotrophologie e. V. (VDOE) Meslek Odası yönetim kurulu üyesi Monika Bischoff "Dürüst olmak gerekirse, vicdanımızın çöpe atmaya elvermediği gıdaları derin dondurucuya atıyoruz. Burası birçok gıdanın çöpe gitmeden önceki park yeri" diyor.

• Bischoff'a göre en büyük problem gözden uzak olanın hafızadan da uzak olması. Aynı problem baharat dolabının dibinde unutulan minik kavanozcuklar için de geçerli.

• İster baharat dolabı ister derin dondurucu, Bischoff baştan aşağı bir temizlik öneriyor ve bir sene içerisinde tüketilmemiş olan gıdaların atılmasını tavsiye ediyor. "Aynı giyim eşyalarında olduğu gibi, 12 ay boyunca kullanılmayan bir şey kullanılmayacak demektir ve atılmalıdır" diyor.

Peki bu radikal değişime cesaret edemeyenlerimiz için, o lezzetli balık veya onca sevgiyle hazırlanmış olan köfte hâlâ yenilebilir mi, yani yıllarca depolandıktan sonra acaba sağlık için bir risk taşıyor mu?

Diyetisyen Dagmar von Kramm "Hiç endişe etmeyin, ölmezsiniz" diyor:

• "En kötüsü gıdanın kalitesi düşmüştür ve lezzeti bozulmuştur."

• Noel kazının artıkları veya somon balığı gibi yüksek yağ içeren gıdalar kokuşabilir, rengi gri-kahverengi olur ve kenarları buzlanmıştır

• "Gıdanın kenarları dondurucu yanığı olmuştur, ancak ne zehirli ne de bozuk değildir, sadece görüntüsü ve tadı kötü olur, iştah kapatır" diyor. Von Kramm ve gıdaların çiğ yerine pişmiş olarak, küçük paketle-

re bölünmüş halde dondurulmasını öneriyor. Yemekleri pişirdikten hemen sonra buzdolabı torbalarına koymak ve buz kristalleri oluşmasını engellemek için torbaları iyice bastırarak içindeki tüm havayı çıkartmak gerektiğini söylüyor. "Tencereyi dondurduğunuzda, çözülme aşamasında içindeki tüm yemeğin sulanarak bozulması söz konusu olabilir. Bunun dışında vitaminleri öleceği gibi, 20 derecenin üzerinde mikroplar da üremeye başlayacaktır" diyor.

Çözdürürken dikkat edilmesi gereken konular

Gıdaları hem dondururken hem çözdürürken hijyene öncelik vermek gerekir. Etler her zaman buzdolabında yavaş yavaş çözündürülmelidir. Bischoff "Eğer etler dondurulmadan önce soğuk zincire dikkat edilmemişse veya et saatlerce mutfak tezgahında bekletilmişse, bulaşan bakteriler soğukta uykuya yatar ve çözünme sırasında patlama derecesinde çoğalırlar" diyor. Özellikle hediye olarak getirilen donmuş etleri, her ihtimale karşı tüketmeden önce mutlaka ısıtmak/pişirmek gerektiğini söylüyor, çünkü nihayetinde ne koşullarda dondurulmuş olduğunu bilemiyoruz. Mesela donmuş bir balıktan gayet lezzetli bir buğulama yapılabilir, ancak eğer kötü bir koku varsa hemen atmak gerekir. Kösele gibi tadı olan dondurucu yanıklarını keserek balığı küp şeklinde doğrayıp taze balıklarla karıştırabilir, hepsini sebze dolu bir tavada pişirebilirsiniz. Balık kızartması bir diğer seçenek olabilir.

Dagmar von Cramm çorba taraftarı. Et veya sebze, hangi gıda maddesi olursa olsun, hepsi pişirilip püre haline getirilebilir, domates püresi / domates suyu, et suyu ve ekşi krema ile karıştırılıp baharat da eklenerek krutonla servis edilebilir.

Hiçbir gıda maddesi unutulmamalı

Peki dondurucumuzda bu ölü gıdaları biriktirmemek için ne yapmalıyız? Monika Bischoff'a göre çözüm onları görünür kılmakta. Bischoff, derin dondurucunun üzerine bir liste asmayı öneriyor. Bu listeye göre plan yapılabilir. Mesela dondurucuda 3 hafta önce alınmış fasulyeler olduğunu bilirseniz onun yanına gerekli ek malzemeleri de alarak haftanın bir günü için yapacağınız yemeği planlamış olursunuz.

Ancak derin dondurucu için uygun olmayan gıdalar da vardır: Alman Federal Beslenme Merkezi (BZfE) bunları yumurta, yaprak ve taze salata, turp, çiğ patates, soğan, salatalık ve domates olarak sıralıyor. Ayrıca dilimlenmemiş bütün elmalar, armutlar, beze ve acıbadem kurabiyeleri de eksi 18 dereceye kadar ulaşan sıcaklıkları sevmezler. BZfE'ye göre su zengini gıdalar çözüldüklerinde çamurlaşır ve tipik kıvamlarını kaybederler. Beslenme uzmanları ayrıca yoğurt, ekşi krema ve krem şanti gibi süt ürünlerinin dondurulmasını da uygun bulmuyor, çünkü bu grup gıdalar dondukları zaman pullanıyor ve irmiksi bir kum kıvamına geliyorlar.

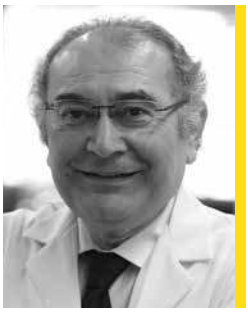
Egosu yüksek kişi daha fazla öfkeleniyor!

Hayatın her alanında karşılaşılan öfke kontrolsüzlüğü sorunu, toplumsal yaşamı etkiliyor. Gelişmiş ülkelerde suç işleyenlere empati eğitimi verildiğini belirten Psikiyatrist Prof. Dr. Nevzat Tarhan, öfke kontrolü için empati eğitimi verilmesi gerektiğine dikkat çekti. Öfke kontrolsüzlüğünün altında başka sorunların da olabileceğini belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, uzmana danışılması gerektiğini söyledi.

Üsküdar Üniversitesi Rektörü, Psikiyatrist Prof. Dr. Nevzat Tarhan, geçtiğimiz hafta Türkiye gündemine oturan olayla gündeme gelen ve benzerlerine ülkemizde sık rastlanan trafikte öfke kontrolüne ilişkin değerlendirmelerde bulundu.

Yüksek egoda öfke kontrol sorunu yaşanıyor

Trafikte öfke kontrolüne ilişkin her gün pek çok örnekle karşılaşıldığını belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, egosu yüksek kişilerde öfke kontrol sorununun daha çok ortaya çıktığını söyledi. Egosu yüksek olan kişilerin engellenme eşiği düşük kişiler olduğunu belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Egosu yüksek olan kişide hak duygusu kendine yöneliktir ve kendi hakkının engellediğini düşünürler. Böyle durumlarda empati yapamazlar. Egosu yüksek kişiler, empati yapamadığı için genellikle narsistik kişiliklerdir" dedi.



Öfkeli davranış, toplumda kabul görüyorsa dikkat!

Öfke kontrolü sağlanamamasında psikolojik ve kültürel faktörlerin etkili olduğunu belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Egosu yüksek kişiler kendilerine fazlasıyla güvenirler, 'Bana kimse bir şey yapamaz' tarzında bir duyguya sahiptirler. Öfkelerini ifade etmekten rahatsızlık duymazlar. Psikolojik faktörler burada önemli. Kişinin yapısı, kişisel özellikleri ve kendisini, bu konuda eğitmemiş olması en önemli etkenlerdendir. Kültürel faktörler de önemlidir. Öfke kontrol sorunu yaşayan kişi, toplum tarafından onaylanıyorsa, kişinin yaptığı davranış 'Aferin aslansın, iyi yapmışsın' gibi onay veren tarzda bir kabul görüyorsa bu davranış devam eder" diye konuştu.

"Öfke bir iletişim şekli olarak görülmemeli"

Öfkeli davranışın toplum tarafından onaylanmasının çocukluk döneminde başladığına dikkat çeken Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Bu durum özellikle çocukluk döneminde başlıyor. Çocukluk döneminde kişinin öfkeli davranışları onaylanıyor ise birey öfkeyi bir iletişim şekli olarak kabul ediyor. Öfkeyi bir otorite aracı olarak ve bir güç ifadesi olarak kullanmaya başlıyor. Öfke ve şiddeti ikna yöntemi olarak kullanan kültürlerde bu olur.

Prof. Dr. Nevzat Tarhan
Üsküdar Üniversitesi Rektörü, Psikiyatrist
info@peoplemag.com.tr

Şiddetin üç türü var

Şiddet üzerine yapılan çalışmalarda üç örnek inceleniyor. Birincisi canlı şiddet. İkincisi televizyonlarda gösterilen, çizgi filmlerdeki çocuklara öğretilen ya da dizilerdeki şiddet. Üçüncü şiddet türü ise akran şiddeti. Bunlar incelendiği zaman kişide en etkili olan şiddetin canlı şiddet olduğu anlaşılıyor. Eğer ailede birinci derecede yakınların arasında yani çocuğun yetiştiği ortamda şiddet varsa, çocuk şiddeti hak arama yöntemi, sorun çözme ve hâkimiyet kurma yöntemi olarak kullanıyor" dedi.

Şiddeti onaylayan kültürler, şiddeti artırıyor

Şiddet olayından sonra kişinin pişmanlık duyup duymamasının önemli olduğunu vurgulayan Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Pişmanlık duyuyorsa ve bu davranışı bir anlık öfkeyle yaptıysa kişinin öfke konusunda eğitim alma ve bu eğitimden kazanımlar elde etme ihtimali daha yüksek. Bu tarzdaki şiddet olaylarında muhakkak sosyal çalışma da yapmak gerekiyor. Şiddeti onaylayan ve öfkeyi onaylayan kültürler şiddeti arttırıyor" dedi.

Öfkenin altında başka bir neden yatabilir

Öfke kontrolü konusunda sorun yaşayan kişilerin mutlaka uzmana başvurması gerektiğini belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, altında başka psikiyatrik sorunların yatabileceğini söyledi. Prof. Dr. Tarhan, "Öfke bozukluğu yaşayan bir öğretmen hanımın sorununun arkasında örtülü depresyon vardı. Yapılan kontrollerde serotonin azaldığı ve buna bağlı öfke kontrolü sorunu yaşadığını tespit ettik.

Empati eğitimi şart!

Öfke kontrolünün sağlanmasında yasaların tek başına yeterli olmadığını, saygı, edep ve empati gibi kavramların ve toplumsal değerlerin daha ilkokuldan başlayarak öğretilmesi gerektiğini belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, şunları söyledi:

"Kendi kültürümüzü öğreten bir ders olmalı ve bu seçmeli değil, temel ders olmalı. Değer içerikli eğitim verilmesi gerekiyor. Öfke kontrolü de bunlardan birisi olmalı. Etik değerleri, anne, baba ve okul birlikte öğretecek. İyi bir mühendis yetiştirmeden önce iyi bir insan yetiştirmemiz lazım. İyi olan bir insan empati duygusu olan bir insandır. Öfke, empati eksikliğinden kaynaklanıyor.

Gelişmiş ülkelerde suç işleyenlere empati eğitimi veriliyor. 'Bu yaptığın şeyi bir annene ya da ablana birisi yapsa ne hissederdin?' diye soruluyor ve empati öğretiliyor. Topluma empati eğitimi gerekiyor. Bütün kötülüklerin kapısını empati yoksunluğu açıyor. Etik değerlerin eğitimi küçük yaşta başlarsa öfke kontrolsüzlüğünün de azalacağını düşünüyorum."

Sıvı kaybına lezzetli önlemler

Yaz aylarında sıcaklardan ötürü vücudun sıvı kaybı artıyor. Bu sebeple sıvı tüketimini artırmamız gerekiyor. İstanbul Bilgi Üniversitesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölüm Başkanı Dr. Öğretim Üyesi Dilistan Shipman, hem sıvı kaybını önlemek hem de yaza tat katmak için hazırladığı birbirinden lezzetli ve sağlıklı tariflerini paylaştı.

Sütlü Mango Shake

Süt ve tatlı mevsim mangolarından yapılan proteini zengin bir yaz içeceği olarak öne çıkan sütlü mango shake özellikle kilo almaya çalışanlar için bire bir. Mango demir, protein, A vitamini ve beta-karoten bakımından oldukça zengin. Ayrıca anemi hastalığının yanı sıra kalp ve göz rahatsızlıklarına da iyi gelir.

Malzemeler:

2 büyük ve olgun mango (doğranmış halde yaklaşık 2 bardak)

1½ süt

1½ yemek kaşığı şeker

İsteğe bağlı iki ya da üç küp buz

Tarif: Mangoları yıkadıktan sonra soyun ve küçük parçalar halinde doğrayarak blender sürahisine koyun. Süt, şeker ve buz küplerini ekleyin. Pürüzsüz ve kremsi bir hal alana kadar karıştırın. Karışımı bardaklara dökün, bademle süsleyin ve bir kaşık vanilyalı dondurma ile servis yapın.

Güllü Limonata

Yazın en çok tercih edilen içeceklerin başında limonata geliyor. Limonata C vitamini deposu olmasının yanı sıra B vitamini, riboflavin, kalsiyum, fosfor ve magnezyum açısından da oldukça zengindir. Gül yaprakları ise eklem iltihabı, kramp, grip, sindirim bozuklukları, bronşit gibi hastalıklara ek olarak depresyon ve uykusuzluk gibi psikolojik rahatsızlıklara da yardımcı olur.

Malzemeler:

Gül şurubu için;

340 gram toz şeker

375 ml su

125 ml bitkisel gül çayı ya da 2 çorba kaşığı kurutulmuş yenilebilir gül

Limonata için;

450 ml taze sıkılmış limon suyu

2 çorba kaşığı gül şurubu

İstediğiniz kadar buz

Bardakları süslemek için limon ve kurutulmuş güller

Yapılışı: Şeker, su ve gül yapraklarını orta ateş bir tencerede şeker eriyene kadar karıştırın. Daha sonra oda sıcaklığında soğutun. Gül yapraklarını ayırarak süzün ve mümkün olduğu kadar lezzet elde etmek için yaprakları ezin. Eğer gül çayı kullanacaksanız önce çayı hazırlayıp sonra şeker eriyene kadar pişirin. Bir sürahi yardımıyla limon suyu ve gül şurubunu karıştırın. Buz küpleriyle birlikte sürahiye koyun ve yuvarlak kesilmiş limon ile gülleri ekleyin.

Karpuz Güzelliği

Hacminin yüzde doksanı oranında su içeren karpuz vücut için en faydalı meyvelerden biridir. A ve C vitaminleri kadar antioksidan açısından da zengindir. Karpuz güzelliği kısa süren yapılış süreci ile yaz günlerinin en çok tercih edilen tatlarından biridir.

Malzemeler:

Yarım litre maden suyu

150-200 gram kesilmiş ve çekirdekleri alınmış karpuz

Bir limon suyu

Bir tatlı kaşığı bal

Taze nane ve buz

Yapılışı: Maden suyu, karpuz, limon suyu ve balı bir karıştırıcıya döküp iyice karıştırın. Bardaklara dökün ve bol buz ilave edin. Servis için bardakları nane ile süsleyin.

Norveç Somonu

Hakkında Bilmeniz Gereken 10 Şey!

Dünya genelinde her gün 14 milyon öğüne sağlık ve lezzet katan Norveç somonuna olan ilgi Türkiye'de de hızla artış gösteriyor. Norveç Deniz Ürünleri Konseyi'nin araştırmasına göre, Türkiye'deki restoranlarda en çok tüketilen balık çeşidi olan somon aynı zamanda, her 10 Türk tüketiciden 7'sinin somon tercihi olarak dikkat çekiyor.

Norveç'in soğuk ve tertemiz sularında yetişen Norveç somonu dünya genelinde büyük rağbet görüyor. Japonya'daki sushiden, İtalya'daki makarnaya kadar 14 milyon öğünde tüketilen Norveç somonuna olan ilgi Türkiye'de de hızla artıyor. Dünya Sağlık Örgütü tarafından haftada en az iki öğün tüketilmesi gereken balıklar arasında gösterilen Norveç somonu hakkında pek bilinmeyen gerçekleri, Norveç Deniz Ürünleri Konseyi sıraladı.

1- Norveç somonu, Kuzey Avrupa'da yer alan Norveç'in buz gibi soğuk sularında yetiştiğinden dolayı daha yavaş büyüyor. Okyanus sularının ideal koşulları balığın gelişimi ve lezzeti için ideal koşullar oluşturuyor.

2- Norveç'in denizcilik mirası bin yıl öncesine dayanıyor. Yılların deniz mahsulü bilgisini beraberinde taşıyan nesillerin deneyimiyle bu kaynakların nasıl yönetileceğine ve olası en yüksek kalitede balığın nasıl alınacağına dair benzersiz bir bilgiye sahip Norveç, modern somon yetiştiriciliğinde dünyanın öncüleri arasında yer alıyor.

3- Norveç'te somon balığının sağlıklı büyümesini destekleyen bir beslenme programı uygulanarak her seferinde en iyi kalitede balığın tüketilmesi sağlanıyor. Somonlar tatlı sulardan Norveç denizindeki fiyortların tuzlu sularına göç edebilecekleri güce bir yaşına geldiklerinde ulaşıyor. Tüketim için en uygun ağırlık olan 3 ila 6 kg ağırlığa erişmeleri ise 12 ila 18 ay sürüyor.

4- Her gün dünya genelinde 14 milyon öğünde Norveç somonu tüketiliyor. Norveç'in soğuk, berrak sularından yetiştirilen somonlar, sadece birkaç saat sonra 100'den fazla ülkeye ihraç edilmeye hazır hâle geliyor.

5- Norveç somonları veteriner gözetiminde büyürken yetiştirildikleri çiftlikler de sıkı düzenleme ve denetimlere tabi tutuluyor. Her yıl, ihraç edilmeye hazır yaklaşık 14 bin Norveç somonu bağımsız Ulusal Beslenme ve Deniz Ürünleri Enstitüsü (NIFES) tarafından denetleniyor. Şu ana kadar bu denetimlerin hiçbirinde, yasaklanmış ilaç veya yasa dışı yabancı madde kalıntısına rastlanmadı.

6- Norveç somonunda antibiyotik yoktur. Norveç somon yetiştiriciliğinde antibiyotik kullanımı 1990'lı yıllardan bu yana yüzde 99 oranında azalırken aynı dönemde somon üretimi 50 bin tondan bir milyon tonun üzerine çıktı. 2017'de, Norveç somonunun yüzde 1'inden daha azı antibiyotiklerle veteriner tedavisi altına alındı. Bu balıklar da, tüm ilaç kalıntılarından arındırılıncaya kadar kesilip satılmadı. Norveç denetim organları, Norveç somonunda

Norveç'in soğuk ve tertemiz sularında yetişen bu balık hakkında neler biliyoruz? İşte yetiştirilme koşullarından kullanılan yemlerin içeriğine, Norveç somonu hakkında bilmeniz gerekenler...

son on yılda hiçbir antibiyotiğe rastlamadı.

7- Somon çiftlikleri, dünyanın en karbon dostu hayvan çiftlikleridir.1 kg Norveç somonu yetiştirmek için 1,2 kg yem gerekirken aynı ağırlıkta dana eti için 8 kg yem kullanılıyor. Bir somonun ömrü boyunca tükettiği yem miktarı da, diğer hayvanların tükettikleriyle kıyaslanamayacak kadar az bir miktar olan 6-7 kg!

8- Çiftlik somonu yemi, deniz ham maddesi ve bitkisel ham maddelerden oluşuyor. Yemin yüzde 30'luk kısmını, insan tüketimi için uygun olmayan, izlenebilirliği ve sürdürülebilirliği sağlanan balık unu ve balık yağından yapılan deniz ham maddesi kapsıyor. Geri kalan kısım ise soya, ayçiçeği, kolza tohumu, bakla, mısır ve buğday gibi sürdürülebilir kaynaklı bitkisel ham maddeler içeriyor.

9- Türk tüketicilerin Norveç somonuna olan ilgisi her geçen gün artıyor. Norveç Deniz Ürünleri Konseyi'nin araştırmasına göre somon; levrek ve çipuradan önce gelerek restoranlarda en çok tercih edilen balık oldu. Türk tüketicilerin yüzde 70'i somon tercihlerini Norveç somonundan yana kullanırken bu seçimlerini etkileyen kriterler sağlık, lezzet, gıda güvenliği ve sürdürülebilirlik olarak sıralanıyor.

10-Parlak derileri ve gümüş renkleriyle somon ve alabalık, zaman zaman tüketiciler tarafından karıştırılabiliyor. Ancak dikkatli bakıldığında somonun sırtında gümüş, alabalığın ise yeşilimsi tonlar olduğu görülebilir. Bunun yanı sıra somonun baş kısmı daha büyük ve sivri, kuyruk çatalı ise daha belirgin, dar ve diktir. Alabalık genel olarak somondan daha küçüktür ve lif yapısından dolayı eti daha serttir.

TECHnology

BOSCH'TAN EN GENİŞ İÇ HACİMLİ VE YÜKSEK TEKNOLOJİLİ BUZDOLABI

Bosch Ev Aletleri yeni ürünü KGN86HI30N XXL CIF NoFrost Bottom Freezer ile pek çok teknolojik özelliği ve avantajı, XXL büyüklüğündeki alttan donduruculu buzdolabında topladı.

Yeni ürünü KGN86HI30N XXL CIF NoFrost Bottom Freezer, 619 litre ile kendi sınıfının en büyük net hacimli buzdolabı. LCD dokunmatik elektronik kontrol özellikli ve 186x86x84 cm ölçülerindeki Bosch KGN86HI30N kameralı buzdolabı, VitaFresh plus teknolojisi sayesinde de meyve ve sebzeleri en uygun nem oranında iki kata kadar daha uzun süre taze tutuyor.

YAZ ESİNTİSİ ARZUM'DAN...

Arzum, uzaktan kumandalı Windream Power vantilatörü ve Windart Eco vantilatörü ile yaz sıcaklarını hissettirmiyor.

Her yere taşınabilir olmasıyla tercih nedeni olan, yaz aylarında evlerin vazgeçilmezi vantilatörler artık geliştirilmiş yenilikleriyle daha fazla kullanım kolaylığı sağlıyor. Arzum yaz ferahlığını Windream Power ve Windart Eco vantilatörlerle sunuyor. Arzum Windream Power uzaktan kumandalı ayaklı vantilatör, evin hangi köşesinde olunursa olunsun tek bir komutla kumanda edilebiliyor, pervane hızı ve yönü değiştirilebiliyor. Çift pervane sistemi sayesinde daha güçlü hava akışı ve daha geniş alana etki eden Arzum Windream Power, 3 kademeli hız ayarına sahip.

BMW 8 SERİSİ GRAN COUPÉ 4 KOLTUKTA DA SPOR OTOMOBİL KEYFİ SUNUYOR

Borusan Otomotiv'in Türkiye distribütörü olduğu BMW, dört kapılı spor otomobili BMW 8 Serisi Grand Coupé'yi Türkiye'de yollarla buluşturmaya hazırlanıyor.

8 Serisi'nin, Coupé ve Cabrio seçeneklerinden sonra üçüncü gövde tipini temsil eden Yeni BMW 8 Serisi Gran Coupé, 4 kapılı bir sedanın sunduğu konfor ve kullanışlılık özellikleriyle bir Coupé otomobilden beklenen sportif tasarım ve sürüş keyfini bir araya getiriyor. Özgün karakteri, heyecan uyandıran performans ve dinamizmi ile güç ve zarafet tutkunları için tasarlanan, BMW 8 Serisi Gran Coupé, sonbaharda Türkiye'de satışa sunulacak.

UZAKTAN KUMANDALI BİR KLOZETİNİZ OLSUN İSTER MİSİNİZ? YA DA ISITMALI KLOZET KAPAĞI?

İngiliz tasarımcı Christoph Behling'in tasarımıyla hayat bulan Geberit AquaClean Mera, kullanıcısını maksimum düzeyde konfor ve hijyenle buluşturuyor.

İnovatif yaklaşımı ve geliştirdiği son teknolojilerle sektörde adından sıkça söz ettiren Geberit, banyoları evin en şık alanlarından biri haline getiren tasarımları son kullanıcıların beğenisine sunmaya devam ediyor. İngiliz tasarımcı Christoph Behling'in İsviçre dağlarından yeryüzüne ulaşan sulardan ilham alarak tasarladığı AquaClean Mera ile Geberit, banyoları yeni nesil teknolojiyle buluşturuyor.

EN ATEŞLİ İNGİLİZ 'DBS SUPERLEGGERA' 2 YENİ RENK SEÇENEĞİYLE SHOOWROM'A GELDİ

İngiliz Efsanesi Aston Martin'in yeni amiral gemisi 'DBS Superleggera' Dubonnet Rosso ve Jet Black renk seçenekleriyle Aston Martin Türkiye Showroom'larında yerini aldı. 725 beygirlik V12 motoru ile dikkat çeken otomobil, 0'dan 100 km/s hıza 3.4 saniyede ulaşıyor.

Twin turbo beslemeli 5.2 litrelik V12 motoru bulunan DBS Superleggera, 725 beygirlik bir güce ve 900 Nm torka sahip. 8 ileri tam otomatik şanzımana sahip olan araç, 0'dan 100 km/s hıza 3.4 saniyede, 0'dan 160 km/s hıza ise 6.4 saniyede ulaşabiliyor. Aracın maksimum hızı ise saatte 340 kilometre.

CAFISSIMO MİNİ KAHVE KEYFİNİZE RENK KATMAYA GELİYOR

Her mutfağa kolayca uyum sağlayabilecek boyutlardaki Cafissimo mini, Kahve Makinesi, hızlı ve çok lezzetli kahveler hazırlamaya imkan sunuyor. 6 farklı renk seçeneği bulunan Cafissimo mini, hem hayatınıza hem mutfağınıza renk katıyor.

Hayata renk katan Cafissimo mini, üç kademeli basınç sistemi sayesinde tek bir dokunuşla mükemmel lezzette bir espresso, caffè crema, filtre kahve veya çay hazırlamanıza imkan veriyor. Her mutfağa uyum sağlayabilecek boyutları ve şık tasarımıyla da dikkat çekiyor.

MINI ELECTRIC 270 KM MENZİLLE YOLLARA ÇIKIYOR

Borusan Otomotiv'in Türkiye distribütörü olduğu MINI, %100 elektrikli ilk seri üretim modeli MINI Cooper SE, diğer adıyla MINI ELECTRIC'i, gün ışığına çıkardı.

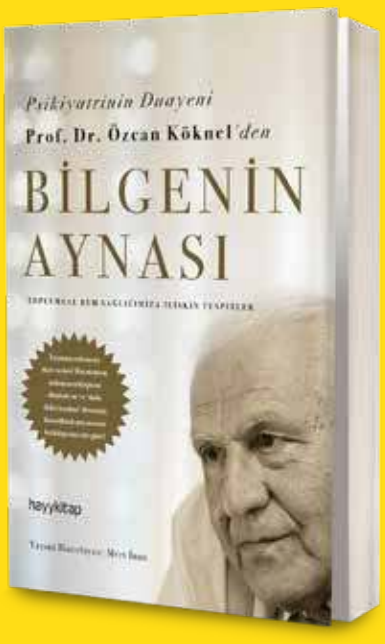
Uzun süren Ar-Ge çalışmaları neticesinde üretime hazır hale gelen yeni MINI ELECTRIC, 184 beygir gücündeki motoru ve 270 km'ye ulaşan menziliyle dikkat çekiyor. Genlerindeki karakteristik MINI özelliklerini oluşturan keyifli sürüş, etkileyici tasarım ve premium kalite anlayışını koruyan MINI ELECTRIC, markanın ilk yüzde yüz elektrikli seri üretim modeli olma özelliğini taşıyor.

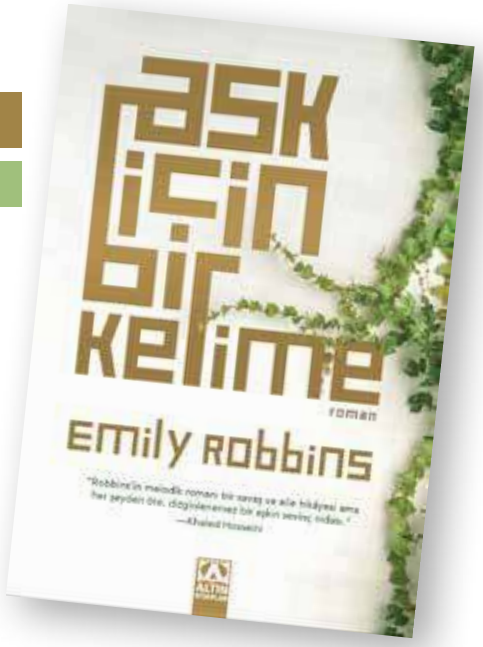
BOOK LOOK

PSİKİYATRİNİN DUAYENİ PROF. DR. ÖZCAN KÖKNEL'DEN BİLGENİN AYNASI

**İçimizdeki öfke neden dinmiyor?
Gülmeyi unuttuk mu?
Kafayı en çok nelere takıyoruz?
Nasıl korkusuz ve mutlu olacağız?
Biz melankolik bir toplum muyuz?
Türkiye'nin ruhsal durumuna nasıl bir teşhis koyulabilir?**

Hayatı boyunca on binlerce insanın ruhuna dokunmuş bir bilgenin, Prof. Özcan Köknel'in anlattıkları sağlıklı, mutlu bireyler yetiştirmek, gençleri topluma hazırlamak için özellikle ailelere ışık tutacak. 'Hocaların Hocası' Köknel'in bireysel ve toplumsal sağlığımıza ilişkin tespit ve çözüm önerilerine kulak verin.



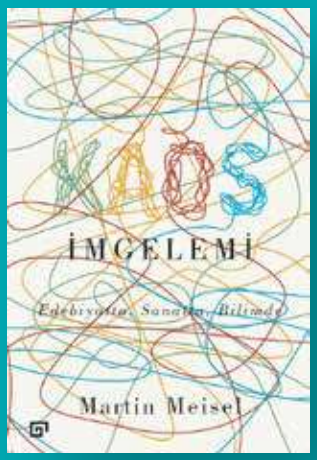


EMİLY ROBBİNS'İN KALEME ALDIĞI ROMANI AŞK İÇİN BİR KELİME, OKURLARINA KAVUŞUYOR!

Amerikalı bir öğrenci olan Bea, aşkın doksan dokuz adını bilse de bu ona yetmez. Gerçek aşkı bulmak umuduyla her şeyi geride bırakıp zor zamanlardan geçen bir Ortadoğu şehrine, Leyla ve Mecnun'un büyüleyici aşk hikayesinin izini sürmeye, gider. Zamanla, yanında kaldığı ailenin önemli bir parçası haline gelir.

Kendini, evin çalışanı Nisrine ile sokağın karşısındaki karakolda polis olan Aden arasındaki imkansız aşkın ortasında buluverir. Belki de aradığı tüm o eşsiz duyguları bu karışık ülkede, her gün tanık olduğu bu aşk hikayesinde bulacaktır.

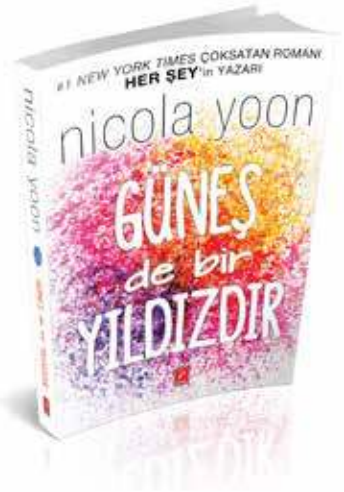
EDEBİYATTA, SANATTA, BİLİMDE KAOS İMGELEMİ



Koç Üniversitesi Yayınları (KUY) tarafından yayımlanan "Edebiyatta, Sanatta, Bilimde Kaos İmgelemi" adlı kitap raflardaki yerini aldı. Felsefe kategorisinde yayınlanan kitap, Columbia Üniversitesi İngiliz Dili ve Karşılaştırmalı Edebiyat Bölümü Emeritus Profesörü Martin Meisel tarafından kaleme alındı ve Mehmet Moralı tarafından Türkçeye kazandırıldı.

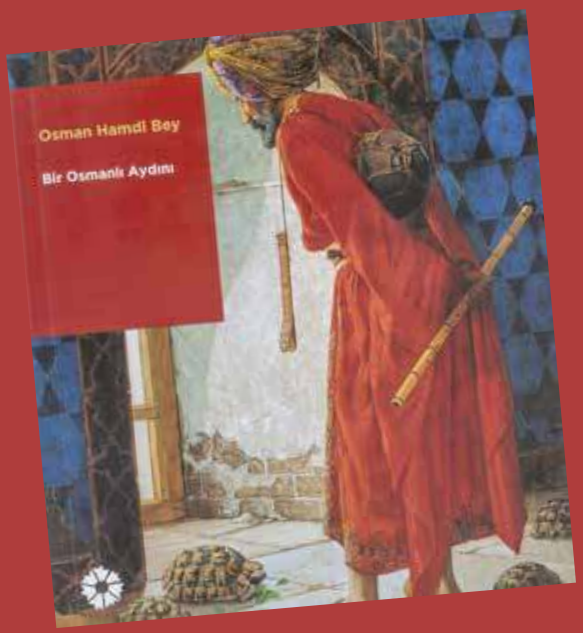
Koç Üniversitesi Yayınları (KUY) tarafından yayınlanan "Edebiyatta, Sanatta, Bilimde Kaos İmgelemi" adlı kitap raflardaki yerini aldı. Felsefe kategorisinde yayınlanan kitap, Columbia Üniversitesi İngiliz Dili ve Karşılaştırmalı Edebiyat Bölümü Emeritus Profesörü Martin Meisel tarafından kaleme alınırken, Mehmet Moralı tarafından Türkçeye kazandırıldı. Dünyaya anlam kazandırmak için anlattığımız öykülerin –mitolojinin, dinin, edebiyatın, felsefenin, bilim ve sanatın– fikirlerimizi başkalarına aktarma araçlarımız olduğunu vurgulayan kitap, düzen arayışımızın altında temel düzensizlik korkusunun yattığını, gerçek kaosu imgelemenin zor olduğunu, onu betimlemenin ise çok daha zor olduğunu aktarıyor.

PENA YAYINLARI'NIN ÇOK SATAN KİTABI "GÜNEŞ DE BİR YILDIZDIR" BEYAZPERDEDE!



New York Times'ın en çok satan yazarı Nicola Yoon'un romantizmi mükemmel bir dille denge dolu anlattığı "Güneş De Bir Yıldızdır" adlı kitabı, yönetmen Ry Russo-Young ve senarist Tracy Oliver'ın tarafından beyazperdeye aktarıldı.

Nicola Yoon'un Türk okurları tarafından da beğeniyle okunan ve çok satan ikinci kitabı Güneş De Bir Yıldızdır, iki genç karakterin kalabalık bir New York sokağında karşılaştıkları günden itibaren birbirlerinin hayatlarını nasıl değiştirdiklerini anlatıyor. Yazarın beyazperdeye aktarılan ikinci kitabı Güneş De Bir Yıldızdır'ın beyazperdeye aktarılmış hali geçtiğimiz Mayıs ayında ABD başta olmak üzere Almanya, Hollanda ve Rusya'da sinemaseverlerle buluşurken filmin Türkiye'de ne zaman vizyona gireceği ise merakla bekleniyor.



"OSMAN HAMDİ BEY: BİR OSMANLI AYDINI"

Pera Müzesi, Küçük Kitaplar Dizisi'ne Osman Hamdi Bey'i ekledi! Türk sanat tarihinin ender yapıtlarından biri olan Osman Hamdi Bey'in Kaplumbağa Terbiyecisi'nin Suna ve İnan Kıraç Vakfı Oryantalist Resim Koleksiyonu'na dahil olmasının 15. yılında hazırlanan Osman Hamdi Bey: Bir Osmanlı Aydını başlıklı kitaba, Pera Müzesi mağazasından ve kitabevlerinden ulaşmak mümkün.

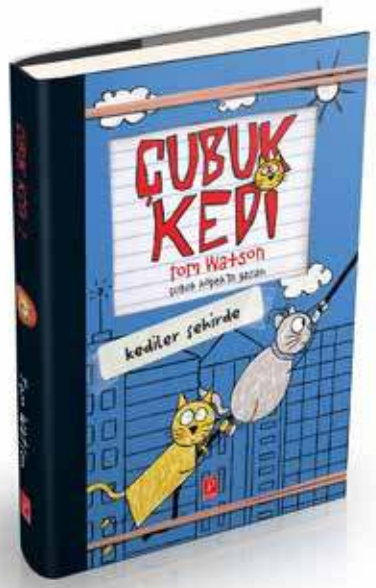
Hem çok tanınmış bir isim olan, hem de çok yönlü kişiliği ve farklı uzmanlık alanları ile sıra dışı bir portre çizen ve merak uyandıran Osman Hamdi Bey'in yaşamındaki dönüm noktalarını, sanatından ayrıntılarla aktaran kitap, yaşam öykülerine ilgi duyan okurlar ve sanatseverler için keyifli bir içerik sunuyor.

BU YAZ TÜM ÇOCUKLAR PENA YAYINLARI'NDAN OKUYACAK

"Çünkü Okumak Güzeldir" sloganını benimseyerek dünyadaki en iyi yazar ve çizerlerin eserlerini Türk okurlarıyla buluşturan Pena Yayınları'nın yaz aylarında heyecanla okunacak çocuk kitapları;

ÇOCUKLARIN SEVGİLİ KAHRAMANLARI ÇUBUK KÖPEK VE ÇUBUK KEDİ Türkiye başta olmak üzere birçok ülkede kitapları çok satanlar listesinde yer alan başarılı yazar Tom Watson'ın Çubuk Köpek ve Çubuk Kedi karakterlerinin hikâyelerini okuyan çocuklar okurken eğlenecek eğlenirken öğrenecekler.

Çubuk Köpek Serisi
Tom Watson'ın 5 kitaptan oluşan Çubuk Köpek serisi, Çubuk Köpeğin yakın dostu Karen ile başından geçen maceraları konu alıyor. Eğlenceli çizimleri ve komik hikâyeleriyle çocukların okurken eğleneceği kitaplar aynı zamanda çocuklar için ders niteliği taşıyor.



LOUNGEME
Worldwide Mobile Lounge Access
LoungeMe, dünyanın dört bir köşesinde bulunan yüzlerce lounge'a hızlı ve kolay erişim sağlıyor.
Ücretsiz İNDİRİN!
App Store
ANDROID APP ON Google play
Tek seferlik bir giriş satın alabilir veya üyelik paketlerimizden birini seçerek ayrıcalıkların keyfini çıkarabilirsiniz.
EXPLORER
BİR ADET ÜCRETSİZ GİRİŞİN ARDINDAN HER GİRİŞİNİZ 27€
TRAVELLER
ON ADET ÜCRETSİZ GİRİŞİN ARDINDAN HER GİRİŞİNİZ 27€
VOYAGER
LOUNGE'LARA SINIRSIZ ERİŞİM
SINGLE BITE